Подруга

Ваш большой советчик

ИЗЫСКАННЫЙ МАКИЯЖ

Маргит Рюдигер



Профессиональные советы для каждого типа лица

Кристина & C°

ИЗЫСКАННЫЙ МАКИЯЖ





Подруга

ИЗЫСКАННЫЙ МАКИЯЖ

Профессиональные советы
для каждого типа лица

Маргит Рюдигер

Кристина & С°



Макияж — это не маска и не только мода. Макияж — это искусство подчеркнуть достоинства лица и выявить его индивидуальность — независимо от того, что теперь в моде: пухлые губки, кошачьи глаза или накладные ресницы. Конечно, давая советы, мы принимаем во внимание тенденцию моды, однако это не самое главное в вопросе о том, как выглядеть ухоженно и хорошо, излучая чувство уверенности в себе.

Конечно, одно из назначений косметики — подавать эротические сигналы: смотрите, вот перед вами та, что нравится себе самой и хотела бы понравиться вам! Именно поэтому люди применяли косметику во все времена. И не только женщины, но и мужчины.

Эта книга предлагает вашему вниманию основательный курс по технике макияжа и расскажет вам о необходимых для этого препаратах и принадлежностях. Вы получите актуальную информацию и советы, которые пригодятся всегда, независимо от моды. И даже те, кто давно и умело пользуется косметикой, найдут в этой книге много нового и полезного. А те, у кого еще мало опыта, наглядно научатся самому главному в макияже.

Эдда Кюфнер,
редактор немецкого издания



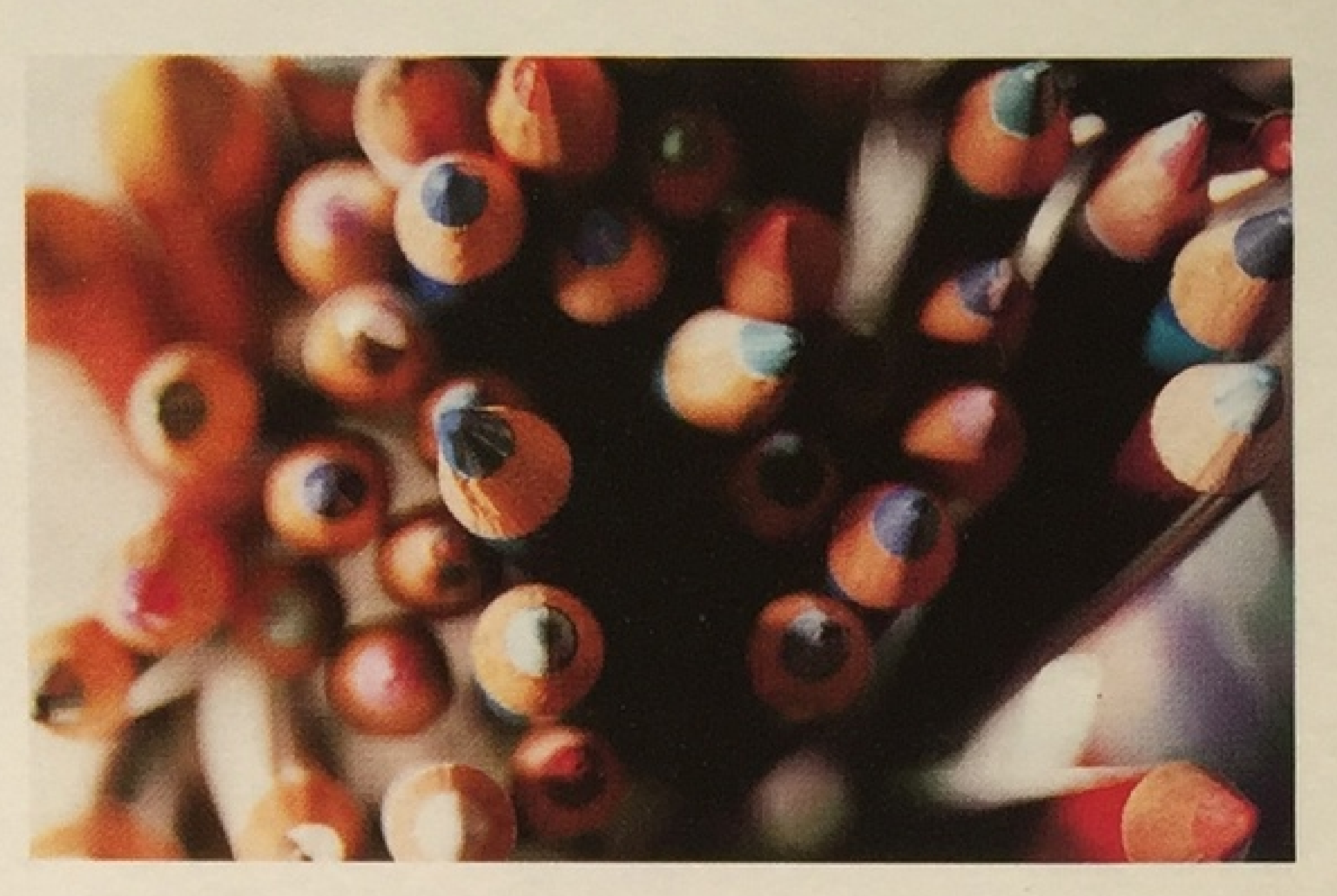
Все о косметических средствах и их правильном применении



Четыре основных макияжа, прослеженные шаг за шагом



Азбука ухода за кожей. Ибо макияж выглядит хорошо только на здоровой коже



Утопленные веки? Веснушки на лице? И это устранимо



Рекомендации по цвету: как выглядят четыре типа? Кому что к лицу?



И те, кто загорает или бегает, тоже могут сделать себя привлекательнее

ВВЕДЕНИЕ

За все профессиональные рекомендации в этой книге ответственны два известных визажиста. Хорст Кирхбергер — визажист с мировым именем и эксперт красоты, он возглавляет в Мюнхене институт макияжа и уже много лет сотрудничает с серией «Подруга». Жезина Маргенбург — его ученица. Она гримирует фотомодели для съемок и демонстраций моды и макияжа, ею и разработаны четыре основных макияжа на стр. 54—67. Что думают о косметике такие профессионалы, как Кирхбергер и Маргенбург, и насколько серьезно женщины должны относиться к своему внешнему виду?

«Подруга»:
— Что вы понимаете под словом «красивая»?

Хорст Кирхбергер:
— Когда внешность гармонирует с внутренним миром человека и позволяет высветить его личность — а вовсе не маска, надетая поверх сути.
Жезина Маргенбург:
— Я нахожу женщину красивой, если она сама довольна своим видом и тем впечатлением, какое она производит на окружающих.

«Подруга»:
— Какую роль играет макияж в красоте такого рода?

Хорст Кирхбергер:
— Скорее игровую. Макияж должен дать женщине уверенность, что достоинства ее лица не останут-



Профессионал Хорст Кирхбергер: он гримирует в международных фотостудиях и в собственном институте косметических рекомендаций

ся незамеченными, а недостатки превратятся в индивидуальные особенности.
Жезина Маргенбург:
— Для меня макияж, с одной стороны, связан с настроением, а с другой — с чувством уверенности в себе. Ведь красишься только тогда, когда хочется, и делаешь при этом то, что соответствует твоему импульсу, а вовсе не сообразуешься с диктатом моды. С другой стороны, надо сказать, что и апробированный макияж очень помогает. Когда делают хороший макияж и достают из шкафа наряд, который особенно к лицу, — это может выручить, когда вам не по себе.

«Подруга»:
— Что для вас самое главное при нанесении макияжа?

Хорст Кирхбергер:
— Тщательность и тонкость, с какой наносится грунтовка — базовый тональный крем. Важно при этом не то, чтоб он все прикрыл, — это по большей части выглядит просто ненатурально. Кожа, несмотря на грунтовку и пудру, должна казаться прозрачной, и прежде всего: цвет должен соответствовать коже.
Жезина Маргенбург:
— Для меня самое главное, кроме равномерного тона на коже и свежих, хорошо распределенных румян, — чтобы глаза казались распахнутыми и не перегруженными цветом.

«Подруга»:
— Насколько важно для вас, чтобы макияж соответствовал моде?

Хорст Кирхбергер:
— Совсем неважно. Мои рекомендации направлены исключительно на личность с ее индивидуальными чертами и палитрой цветов.
Жезина Маргенбург:
— Самая распространенная ошибка, которую женщины делают, накладывая макияж, состоит в том, что они больше ориентируются на направление моды, чем на свой тип. Я считаю, женщина должна найти собственный стиль и строго его придерживаться, а экспериментировать только в особенных случаях.

«Подруга»:
— А вы — лично вы применяете косметику?

Хорст Кирхбергер:
— Вы будете смеяться — я много лет пользуюсь самозагаром или терракотовой пудрой цвета загара, потому что при этом я выгляжу лучше и здоровее, не тратя времени на то, чтобы лежать под солнцем. Все, кому я об этом говорю, удивляются никто этого не замечал.



Профессионал Жезина Маргенбург: она гримирует фотомодели перед съемками для журналов и рекламных агентств

Жезина Маргенбург:
— На работу я крашусь, как никогда. Но обхожусь при этом терракотовой пудрой, тушью для ресниц и губной помадой. Это происходит из-за известного пресыщения всем, что относится к области косметики, а также объясняется моим спортивным типом. Мне просто не к лицу больше, и я не применяю дорогостоящей косметики только ради того, чтобы, глядя на меня, говорили: «Как она замечательно красится!»



ПЕРВАЯ ГЛАВА

От грунтовки до губной помады

- Какое впечатление это производит?
- На чем оно основано?
- Приемы нанесения
- Правильный выбор препаратов



ОСНОВНОЕ ОСНАЩЕНИЕ

Все, что требуется для изысканного макияжа

Кроме того, можно порекомендовать: дополнительную губную помаду и тени для век или другой более темный тональный крем для летних месяцев

1. *Грунтовка, соответствующая цвету кожи.*
2. *Губки из латекса, овальной или ромбовидной формы.*
3. *Прозрачная рыхлая пудра с пуховкой.*
4. *Компактная пудра (для сумочки).*
5. *Кисть для нанесения рыхлой пудры.*
6. *Пудра-румяна.*
7. *Кисть для румян, с которой удобнее работать, чем с маленькой кистью из коробочки.*
8. *Коричневая пудра для теней (это не обязательно!)*
9. *Пинцет для выщипывания бровей.*
10. *Карандаш для бровей.*
11. *Спиральная щетка для разделения ресниц и придания формы бровям.*
12. *Тени для век.*
13. *Аппликатор теней с длинной ручкой (он удобнее, чем с короткой).*
14. *Лайнер для глаз и тушь для ресниц.*
15. *Карандаш для кайала (выдвижной или обычный).*
16. *Точилка для косметических карандашей.*
17. *Контурный карандаш для губ.*
18. *Светлая и темная губная помада.*
19. *Блеск для губ.*


1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
15
Professional Powder
MAQUILLAGE
AUGENBRAUENSTIFT
03 grau



ОСНОВНОЕ ОСНАЩЕНИЕ

Все, что требуется для изысканного макияжа

Кроме того, можно порекомендовать: дополнительную губную помаду и тени для век или другой более темный тональный крем для летних месяцев

1. *Грунтовка, соответствующая цвету кожи.*
2. *Губки из латекса, овальной или ромбовидной формы.*
3. *Прозрачная рыхлая пудра с пуховкой.*
4. *Компактная пудра (для сумочки).*
5. *Кисть для нанесения рыхлой пудры.*
6. *Пудра-румяна.*
7. *Кисть для румян, с которой удобнее работать, чем с маленькой кистью из коробочки.*
8. *Коричневая пудра для теней (это не обязательно!)*
9. *Пинцет для выщипывания бровей.*
10. *Карандаш для бровей.*
11. *Спиральная щетка для разделения ресниц и придания формы бровям.*
12. *Тени для век.*
13. *Аппликатор теней с длинной ручкой (он удобнее, чем с короткой).*
14. *Лайнер для глаз и тушь для ресниц.*
15. *Карандаш для кайала (выдвижной или обычный).*
16. *Точилка для косметических карандашей.*
17. *Контурный карандаш для губ.*
18. *Светлая и темная губная помада.*
19. *Блеск для губ.*



ТОНИРОВКА ЛИЦА

Тонирование скрывает изъяны кожи и делает цвет лица равномерным. Чем изысканнее макияж, тем тщательнее должно быть тонирование

Что такое грунтовка?

● Грунтовка — это тональный крем под цвет кожи, который наносится поверх дневного крема и оживляет и выравнивает лицо. В зависимости от того, как должна выглядеть кожа: натуральной или холеной — можно выбрать либо прозрачную, либо более плотную грунтовку.

Почему тонирование так важно?

● Потому что кожа часто имеет неровный цвет, пятнышки и покраснения или блестит от жира, и тогда самая лучшая помада и макияж не ложатся на лицо. Оно выглядит неуравновешенным. Особенно важно тонирование, когда есть прожилочки или веснушки.

Какие существуют виды грунтовки?

● Все грунтовки состоят из двух компонентов: эмульсии (жир и увлажнитель) и цветной пасты (пудра и пигменты). В состав вводятся увлажняющие и защитные для кожи вещества и часто еще светозащитные фильтры.
Чем выше содержание пудры, тем плотнее грунтовка.

● Жидкая грунтовка, или так называемый прозрачный макияж, по большей части в тюбиках — она, как следует из самого названия, сравнительно жидкая и содержит мало жира и пудры. Жидкий крем слегка выравнивает кожу, но затушевать прожилочки и неровности он не в состоянии. Он больше подходит для жирной кожи, поскольку содержит в себе мало жира и пудры.

● Крем-грунтовка (по большей части в баночках) идеален для сухой кожи, поскольку содержит сравнительно много жира и увлажняющие субстанции. Гримирующие свойства крема зависят от содержания в нем пудры. Крем-грунтовка лучше всего подходит для выравнивания неспокойной кожи с прожилочками.

● Компактная грунтовка (в пудреницах и с губкой) — это наиболее гримирующая из всех вышеназванных, поскольку содержит пигменты и пудру. Ее наносят сухой губкой, эта грунтовка оказывает почти то же действие, что и пудра, только с более сильным покрывающим эффектом. Такую «компактку» можно наносить и слегка увлажненной губкой, это придаст коже лучший вид.

● Макияжные карандаши — та же самая компактная грунтовка, но в другой форме. Консистенция несколько мягче, покрывающий эффект тот же. Наносится так же, как и «компактка», губкой.

● Тонирующий дневной крем: как следует из самого названия, это скорее крем, чем грунтовка. Он защищает кожу, как всякий дневной крем, и слегка тонирует ее, но не покрывает неровностей.

Правила изысканной грунтовки

● Цвет грунтовки должен точно подходить к цвету кожи.

● Грунтовка наносится на кожу самыми малыми порциями.

● Это достигается легче всего, если сперва нанести крем пятнами или каплями на тыльную сторону кисти и затем брать его оттуда кончиками пальцев и распределять по лицу.

● Исключение: компактная тонировка. Она наносится не пальцами, а губкой.

Идеально для макияжа: компактная грунтовка в пудренице. Ее наносят губкой, и она хорошо выравнивает кожу

- Принципиально важно: лучше нанести несколько тонких слоев, чем один толстый. И лучше распределить по коже несколько маленьких пятнышек, чем одно большое.
- Жидкую и кремовидную грунтовку после нанесения на лицо распределяют губкой. При этом губку сантиметр за сантиметром мягко прижимают к коже, делая легкие вращательные движения.
- Переходы к шее и основанию волос растирают особенно тщательно.


1


2

Так подбирают правильный цвет

- Грунтовка должна быть того же цвета, что и кожа. И по сравнению с шеей не должно быть никакого контраста. Только когда грунтовка не светлее, не темнее, не розовее и не серее кожи, она распределяется естественно, и не возникают границы.

Наряду с выбором цвета грунтовки роль играет также освещение там, куда вы собираетесь отправиться. В теплом свете — например, в мерцании свечей и желтом ламповом свете — тон грунтовки может быть прохладнее, то есть иметь розовый


3


4


5

1. При покупке пробуйте цвет грунтовки не на тыльной стороне кисти, а на лице без макияжа; проверяйте тон при дневном свете. Цвет, который меньше всего выделяется на лице, и есть ваш.

2. Перед нанесением грунтовки кожу смягчают кремом: по тонкому слою влажного крема он распределяется равномернее, выглядит лучше и держится дольше.

3. Сначала наносят грунтовку вокруг глаз. Потом делают под глазом несколько пятнышек светлым покрывающим кремом и осторожно вбивают его в кожу кончиками пальцев.

4. Профессионалы покрывают глазные впадины кисточкой. Это позволяет более тонко распределить покрывающий крем до самых ресниц. Кто хочет делать это самостоятельно, должен брать крем на кисточку самыми малыми дозами и растирать его штрихами от середины лица в стороны.

5. Чтобы слой крема под глазами не был толстым и при улыбке не забивался в морщинки, кожу после нанесения крема нужно еще осторожно промокнуть губкой

оттенок с некоторой долей серого. Холодный неоновый или дневной свет, напротив, требует теплых желто-золотистых нюансов. Но это вовсе не значит, что грунтовка должна быть желто-коричневой или красновато-коричневой. Коричневые тона насколько хороши, настолько же и противоестественны — другое дело, если вы действительно загорели, и цвет вашей кожи соответствует этому тону.

Вредит ли косметика коже?

● Нет, если вы применяете грунтовки, переносимые вашей кожей, а вечером тщательно снимаете грим. Чем суше кожа, тем жирнее должна быть грунтовка, тогда как при достаточно жирной коже лучше применять препараты с небольшим содержанием жира. Если придерживаться этих правил, то макияж даже полезен. Кожа не только лучше защищена от пыли и грязи, но и, благодаря слою пигментов, в известной степени от влияния ультрафиолетовых лучей, которые могут навредить вам не только при солнечном ожоге, но и при нормальном дневном свете.

Старое предубеждение, что косметика забивает поры и препятствует дыханию кожи, давно уже не имеет под собой почвы, потому что даже самые мелкие частички пудры и пигментов слишком велики, чтобы проникнуть в кожу. Кроме того, теперь в косметическом производстве применяются вещества, которые не разбухают, как это было в прежние времена.

Грунтовка на неспокойной коже?

● При раздраженной, болезненной коже не надо отказываться от применения грунтовки. Напротив: хорошая грунтовка скрывает раздражения, и женщина чувствует себя более ухоженной и привлекательной. Важно лишь, чтобы крем был при этом не слишком жирным и содержал антибактериальные вещества. Грунтовки из серии против угрей почти или полностью обезжирены и содержат высокие дозы дезинфицирующих и противовоспалительных веществ. Однако при нескольких мелких

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Оптимальное освещение для нанесения макияжа — дневной свет, но не на прямом солнце. Лучше всего сесть так, чтобы свет падал в лицо, а не на зеркало. В зеркале должно быть при этом видно все лицо.

прыщиках не стоит тут же прибегать к специальному средству: все же оно сильно сушит кожу. Отдельные прыщики можно закрыть поверх обычной грунтовки ретушным карандашом. Такие карандаши содержат антисептики, которые останавливают воспалительный процесс. Крошечные неровности можно с успехом заровнять острой кисточкой: берут ею краску с кончика ретушного карандаша и наносят в точности на то место, которое следует прикрыть. Кисточка должна быть всегда продезинфицирована спиртом.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Если вы краситесь в ванной комнате, стены должны быть белыми, по возможности равномерно освещенными. Предпочтительнее при этом освещение от ламп дневного света, а если от ламп накаливания, то с двух сторон: справа и слева от зеркала. Источник света сверху бросает тени, а цветные стены изменяют тон.

Круги под глазами? Они исчезнут

● Для прикрытия кругов под глазами и аномалий на коже есть специальные покрывающие кремы. Они содержат особенно много пигмента. Такой крем должен быть при этом светлее грунтовки. Профессионалы делают наоборот, но дилетантам лучше наносить сперва тонировку, а потом покрывающий крем: он менее заметен поверх тонировки и меньше высушивает кожу под глазами. Покрывающий крем экономно наносят на кожу плоской кисточкой либо мягким аппликатором. А затем нежно втирают кончиками пальцев в грунтовку, пока не исчезнут все переходы. В заключение все это осторожно припудривают рыхлой пудрой.

Шею тоже красить?

● Лучше и проще всего, если тонировка в точности соответствует цвету кожи под подбородком. Тогда шею можно не красить, не боясь, что по контуру лица образуется видимая граница. Нужно как следует растереть грунтовку кончиками пальцев или губкой в сторону шеи. То же самое надо сделать с переходом к ушам и к основанию волос. Шею следует слегка припудрить. Эта техника макияжа имеет то преимущество, что воротник блузки или края выреза не приходят в соприкосновение с красящими препаратами.

Портятся ли продукты макияжа?

● Если хранить их закрытыми и в темном месте, а не на подоконнике в ван-

1. *Ретушный карандаш имеет ту же форму, что и губная помада, и примерно ту же консистенцию, что и компактная грунтовка. Пятнышки, неровности или прожилки ретушируются этим карандашом — также и в области декольте.*

2. *Чтобы устранить переходы на подбородке, контуры лица после нанесения грунтовки промокают увлажненной и хорошо выжатой губкой. Цвет грунтовки должен «бесшовно» переходить в цвет шеи.*

3. *Косметические губки должны хорошо подходить для углублений лица (носовая складка, ямка на подбородке, глазные впадины). Очень хороши губки из латекса (натурального каучука). Этот материал одновременно и прочный, и эластичный, а прежде всего очень тонкопористый. Большие поры впитывали бы в себя много препарата и не распределяли бы его по лицу равномерно.*

4. *Как время от времени подправить макияж? Всего лишь убрать с лица жирный глянец при помощи косметической салфетки. Достаточно прижать платок к коже — но не тереть!*

5. *Поскольку косметика оставляет следы на краях выреза, область декольте лучше не тонировать, а вместо этого подбирать цвет грунтовки в тон коже и накладывать ее только на лицо. Область декольте лишь слегка припудрить.*



ной комнате, то косметические препараты сохраняются по меньшей мере 18 месяцев. Если флакон, тюбик или баночка уже распакованы и открыты, то, естественно, старайтесь не внести туда инфекции. Кто берет крем пальцами, должен следить за их чистотой. Лопаточки, которые прилагают ко многим грунтовкам, имеют смысл лишь тогда, когда их после каждого применения моют водой с мылом. Губки, которые часто приходят в соприкосновение с краями баночек, тоже должны промываться как можно чаще. Если продукт все же начал портиться и неприятно пахнуть, его лучше выбросить.

Так грунтовка держится дольше

● Чем лучше грунтовка подходит к коже, тем дольше она может оставаться на лице. Если требуется особая стойкость — например, для вечерней косметики, — то существует такой прием: готовый макияж слегка опрыскивается водой из пульверизатора, промокается салфеткой и тут же припудривается. Спрыснуть лицо водой можно также и перед наложением косметики — для освежения.



ПУДРА

Пудра может не только устранить жирный блеск с кожи. Прежде всего, она нивелирует все цветовые переходы

Что может сделать пудра

● В пользу применения пудры есть по крайней мере три довода: она устраняет с лица жирный блеск и придает коже шелковистую матовость. Она фиксирует нижележащий слой грунтовки, так что макияж дольше сохраняет свой вид и — чего многие не знают — при помощи пудры можно подправить неудавшиеся цветовые переходы румян и теней.

● Матирование: для макияжа, претендующего на изысканность, требуется равномерный, матовый цвет лица. Жирный блеск при ярко накрашенных губах или сильно подведенных глазах придает лицу неопрятный вид. Исправить положение может только пудра.

● Фиксация: как правило, лицо припудривают после нанесения грунтовки. Мягко вдавливая ее пуховкой, пудру и грунтовку превращают в своего рода вторую кожу, которая не только выглядит лучше, но и обладает большей стойкостью, чем одна грунтовка.

Рыхлую пудру можно вместо пуховки наносить толстой мягкой кистью, какими пользуются профессионалы

● Микширование: румяна, которые оказались слишком яркими или с видимой границей перехода, нужно припудрить — цвет румян становится нежнее, переходы мягче. Важно при этом не тереть, а слегка придавливать и прихлопывать пуховкой. То же можно сказать и о макияже глаз: если краски оказались чересчур яркими или переходят друг в друга недостаточно мягко, надо кисточкой нанести поверх макияжа пудру.

● Пудра поверх грунтовки существенно облегчает нанесение румян и теней. Кисточка лучше скользит, краска распределяется равномернее. И даже вовсе без грима одна пудра придает коже совершенство. Будучи ненакрашенной, кожа все-таки выглядит ухоженнее.

● Приятный побочный эффект: пудра вбирает не только кожный жир, но и капельки пота. Освежает и охлаждает лицо.

Рыхлая или прессованная: какую предпочесть?

● Всякий раз, когда возможно — во всяком случае, дома перед зеркалом — лучше применять рыхлую пудру из большой коробки. Компактная пудра из пудреницы — это больше годится для сумочки и применяется на бегу, чтобы подправить лицо. Основание: рыхлая пудра легко смахивается с кожи и лучше поддается равномерному распределению. Компактную же пудру можно наносить лишь минимальными порциями, и равномерность обеспечить очень трудно. Поэтому профессионалы используют исключительно рыхлую пудру.

Как правильно нанести пудру

● Возьмите пуховкой (или кистью) пудру из коробки.

● Пуховку подносите к лицу не сразу, а сперва отряхните ее о тыльную сторону руки, при этом лишнее осыплется, а на пуховке останется столько, сколько нужно.

● Пуховкой прикасайтесь к лицу сантиметр за сантиметром, при этом пудра будет хорошо распределяться по коже. Важно при этом не растирать, а лишь прижимать пуховку!

● По так называемой Т-зоне — нос, подбородок и середина лба — надо пройтись несколько раз, потому что в этих местах особенно много жировых и потовых желез. Прежде всего надо тщательно обработать пудрой углубления вокруг крыльев носа.

Из чего состоит пудра?

● В прежние времена базисом для пудры была тонкого помола рисовая или зерновая мука. Из тех времен и идет предубеждение, что пудра вредна для кожи. Потому что мука, склеиваясь с потом, действительно забивала поры, и возникали прыщики и угри.

Сегодня с вами этого не случится. Пудра на 90% состоит из натурального талька, который поглощает жир и пот и хорошо держится на лице.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Перед припудриванием обязательно надо устранить с кожи жирный блеск, чтобы макияж не размазывался по лицу. Для этого надо просто прижать к лицу бумажную салфетку или туалетную бумагу — что окажется под рукой.

Еще в пудру добавляются истонченный каолин (белая глина), карбонат кальция (мел), порошок магния, красящие пигменты, шелк, дезинфицирующие субстанции и частично даже элементы, фильтрующие ультрафиолет.

Компактная пудра скреплена вяжущими веществами и жирами. Она лучше подходит для скорой корректировки макияжа и должна быть всегда под рукой.

Тонирующая или прозрачная?

● Проще всего брать прозрачную, то есть бесцветную пудру. Она подходит к любой коже и к любой грунтовке. Если же применяется тонированная пудра, ее цвет должен по возможности точно соответствовать цвету грунтовки. Пудра, которая наносится поверх дневного крема, должна быть светлой, как кожа. Будьте осторожны с темной пудрой. Она подчеркивает морщины, если они есть, а грунтовка легко становится пятнистой, если ее с особенным тщанием не распределили по лицу равномерно.

Есть проблемы и у пудры с золотым или серебряным блеском. Она может создать эффект глянца — прежде всего в Т-зоне, — хотя пудра изначально предназначена как раз для устранения этого глянца. Поэтому пудра с блестками наносится только на те места, которые действительно переносят подчеркивание (скулы, ключица, плечи). Днем же лучше всего вообще отказаться от этой пудры.

Пудра — и для болезненной кожи?

● Даже если ваша кожа легко воспаляется и склонна к прыщикам, применять пудру все равно

1. *Чтобы слой пудры был равномерным и тонким, на пуховку или кисть ее берут мелкими порциями. И перед нанесением слегка обдувают с кисти, а пуховку отряхивают о тыльную сторону руки.*

2. *Многократно использованная, засалившаяся пуховка становится переносчиком бактерий и может вызвать на коже воспалительный процесс. Поэтому при жирной коже лица со склонностью к прыщикам лучше пользоваться одноразовым ватным тампоном, который тут же выбрасывают.*

3. *Т-зона должна припудриваться особенно тщательно. В этих местах никогда не надо применять пудру с блестками. Эффект блеска хорош только на висках, на скулах, в области декольте и на руках — и то лишь вечером. Розовая, сиреневая, зеленоватая или желто-оранжевая пудра применяются лишь визажистами для специальных эффектов. Дилетантам же лучше держаться подальше от этих тонов.*

4. *Коробочки с рыхлой пудрой часто снабжены ситечком, которое регулирует дозу пудры. В пудреницах между пуховкой и компактной пудрой лежит целлофановая прокладка, которую не нужно выбрасывать, потому что она предохраняет пудру от засаливания. Если это все же произошло, верхний жирный слой надо срезать лезвием.*








можно. Но на всякий случай надо пользоваться при этом не пуховкой, а одноразовыми ватными тампонами. Для кожи с такими проблемами есть специальные пудры с противовоспалительными добавками.

Важно: кисть и пуховку держать в чистоте

● Пуховка со временем становится не только грязной и антигигиеничной, но склеивается и не может больше ни забрать пудру в достаточном количестве, ни отдать ее. То же самое происходит с кистью. Поэтому по меньшей мере раз в неделю пуховку и кисть нужно аккуратно мыть с шампунем. Пуховки, которые после нескольких таких стирок становятся жесткими, нужно выбрасывать и заменять новыми, они продаются отдельно от пудры. Хорошие кисти для пудры делают из натурального волоса пони, белки или колонка и они очень дороги, поэтому должны промываться очень осторожно. Промытые с шампунем, мокрые кисти обстукивают об полотенце и располагают сушиться так, чтобы доступ воздуха к волосу был со всех сторон.



БРОВИ

Ухоженные густые брови придают глазам выразительную силу и по форме чаще всего наилучшим образом подходят к типу и лицу

На брови тоже есть своя мода

● Во времена Клеопатры красивыми считались густые черные брови. В 18 веке английские леди даже усиливали свои брови при помощи мышиной шерсти. В 1920 году в моде были бровки-ниточки. И лишь с середины 80-х они получили право снова расти как им вздумается... Как видим, форма бровей тоже подвержена моде. И справедливо, ведь наряду с их биологической функцией защищать глаза от грязи и текущего пота они сообщают выражению лица исключительно сильное влияние.

Как определить идеальную форму бровей?

● По большей части натуральная форма бровей наилучшим образом подходит к типу — не считая мелкой «поросли» — например, в области переносицы. Такую «поросль» следует удалять, потому что она придает лицу угрюмое выражение. Во всем прочем при помощи двух прямых стержней очень просто можно определить, в каком месте немного выщипать, а в каком дорисовать брови (см. стр. 26—27). Красиво, когда волоски на концах тонкие и постепенно сходят на нет. Слишком опускающаяся вниз линия бровей сужает веко и придает лицу нечто печальное.

Темные, густые брови нет нужды подкрашивать. Форму и блеск им можно придать гелем для волос или бесцветной тушью для ресниц

Выщипывать надо так

● По сегодняшней моде устранению подлежит только то, что выходит за пределы идеальной длины бровей. Если брови очень широкие и оптически давят на глаза, можно выщипать их и по ширине. Важно при этом выщипывать только изнутри наружу и снизу вверх.

Процедура эта болезненная, но ее можно смягчить, если двумя пальцами растянуть кожу и волосок тянуть в направлении роста. Кто все же очень чувствителен и у кого кожа склонна к покраснениям, тем эту операцию надо проделывать на ночь.

Брать ли для этого полуавтоматический пинцет или обычный, зависит от вашей ловкости. Нормальным пинцетом легче контролировать силу натяжения. И легче захватить нужный волосок. В обращении же с «автоматическим» пинцетом надо еще натренироваться, зато его применение вознаграждается, если приходится выщипывать большие площади. Не играет роли, прямой ли это пинцет, скошенный или закругленный, важно лишь, чтобы он хорошо смыкался.

Четыре способа подкрашивания бровей

● Можно подкрашивать их мягким карандашом для бровей или для кайала: карандаш должен быть хорошо заточен. Не надо проводить им сплошную черту, нужно подкрашивать отдельные волоски — изнутри наружу. И затем пройтись по ним щеточкой для бровей.

Карандаш, по цвету в точности подходящий к бровям, хорош для того, чтобы заполнить отдельные лакуны в изгибе бровей или удлинить слишком короткую бровь. Волоски при этом нужно рисовать так, как они растут.

● Можно подкрашивать брови тенями: нежно-серого или коричневого тона, нанося специальной жесткой кисточкой.

● Можно использовать для этого тушь для ресниц: это придает бровям форму, хорошо подцвечивает волоски и выглядит очень ес-

тественно. Важно: перед нанесением щеточкой черкнуть по бумажной салфетке.

● Зачесать брови вверх при помощи геля — так можно закрепить слишком густые и непокорные брови. Есть специальный гель для бровей (бесцветный или подкрашивающий), он выглядит как бесцветная тушь для ресниц.

Химическая окраска бровей экономит время

● У кого светлые брови и кто хочет избежать их ежедневного подкрашивания, может сделать химическую окраску. Парикмахеры и косметички, безусловно, сделают это лучше всего. Красители, которые они применяют, держатся дольше, потому что препараты для применения в салонах содержат большую дозу перекиси водорода. Чтобы избежать контрастов, цвет бровей должен совпадать с цветом волос. Краситель наносится специальной кисточкой на чистые брови в направлении роста. Через 10 минут смывается теплой водой и осторожно промокается ватным тампоном. Если вы хотите осветлить брови (например, если вы осветляете волосы), то применяется то же средство, что и для волос. Будьте осторожны: нельзя допустить попадания химикатов в глаза! Лучше и безопаснее всего, если вы доверите эту процедуру специалисту.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

У кого светлые (или осветленные) волосы и темные брови, которые не хотелось бы осветлять химически, те могут пользоваться для осветления золотистым карандашом. Вначале расчесать брови «против шерсти», покрасить и затем снова осторожно расчесать щеточкой в направлении роста.

Стоит ли делать татуировку?

● При татуировке бровей растительные пигменты вводятся в кожу между волосками. Это очень практично для редких и светлых бровей, если они после многолетнего выщипывания уже не могут как следует восстановиться. За счет татуировки можно избежать ежедневного подкрашивания. Эта процедура не рекомендуется тем, кто очень чувствителен к боли, потому что каждый «волосок» обходится коже в несколько точечных наколов, что, несмотря на местную анестезию, все же болезненно. Татуировка ведется специальным электрическим аппаратом или акупунктурной иглой, обернутой хлопчатобумажной ниткой, пропитанной красителем. Однако татуировка с растительными пигментами держится ограниченное время и за два-три года абсорбируется кожей.

1. *Брови легче выщипывать, растянув кожу пальцами, это причиняет меньше боли.*

2. *Непокорные брови, которые плохо подчиняются щеточке для ресниц, можно приглаживать зубной щеткой, предварительно нанеся на нее (но не на брови!) немного геля или лака для волос.*

3. *При помощи двух прямых стержней можно проверить, насколько идеален изгиб ваших бровей. Начало брови должно приходиться на линию между крылом носа и внутренним углом глаза. Конец брови должен располагаться на линии, проведенной от крыла носа к наружному углу глаза.*

4. *Очень надежный способ оттенить брови: припудрить их пудрой для бровей и разгладить специальной кисточкой для бровей со скошенным краем.*

5. *Бесцветная тушь для ресниц придает темным, кустистым бровям блеск и форму.*

6. *Когда тушь для ресниц со щеточки уже использована по прямому назначению, остатка еще вполне достаточно для того, чтобы подтемнить брови.*

7. *Слева направо: «автоматический» пинцет, при помощи которого легче устранять волоски с большой поверхности. Для «прицельного» выщипывания больше подойдет классический пинцет. Если подкрашивать брови золотистым и темным карандашами для бровей, то появится своего рода эффект прядей. Пудра для бровей нежного шоколадного цвета, которую можно иной раз использовать и в качестве теней для век.*


1
4
2
5
6
7
3

тественно. Важно: перед нанесением щеточкой черкнуть по бумажной салфетке.

● Зачесать брови вверх при помощи геля — так можно закрепить слишком густые и непокорные брови. Есть специальный гель для бровей (бесцветный или подкрашивающий), он выглядит как бесцветная тушь для ресниц.

Химическая окраска бровей экономит время

● У кого светлые брови и кто хочет избежать их ежедневного подкрашивания, может сделать химическую окраску. Парикмахеры и косметички, безусловно, сделают это лучше всего. Красители, которые они применяют, держатся дольше, потому что препараты для применения в салонах содержат большую дозу перекиси водорода. Чтобы избежать контрастов, цвет бровей должен совпадать с цветом волос. Краситель наносится специальной кисточкой на чистые брови в направлении роста. Через 10 минут смывается теплой водой и осторожно промокается ватным тампоном. Если вы хотите осветлить брови (например, если вы осветляете волосы), то применяется то же средство, что и для волос. Будьте осторожны: нельзя допустить попадания химикатов в глаза! Лучше и безопаснее всего, если вы доверите эту процедуру специалисту.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

У кого светлые (или осветленные) волосы и темные брови, которые не хотелось бы осветлять химически, те могут пользоваться для осветления золотистым карандашом. Вначале расчесать брови «против шерсти», покрасить и затем снова осторожно расчесать щеточкой в направлении роста.

Стоит ли делать татуировку?

● При татуировке бровей растительные пигменты вводятся в кожу между волосками. Это очень практично для редких и светлых бровей, если они после многолетнего выщипывания уже не могут как следует восстановиться. За счет татуировки можно избежать ежедневного подкрашивания. Эта процедура не рекомендуется тем, кто очень чувствителен к боли, потому что каждый «волосок» обходится коже в несколько точечных наколов, что, несмотря на местную анестезию, все же болезненно. Татуировка ведется специальным электрическим аппаратом или акупунктурной иглой, обернутой хлопчатобумажной ниткой, пропитанной красителем. Однако татуировка с растительными пигментами держится ограниченное время и за два-три года абсорбируется кожей.

1. Брови легче выщипывать, растянув кожу пальцами, это причиняет меньше боли.

2. Непокорные брови, которые плохо подчиняются щеточке для ресниц, можно приглаживать зубной щеткой, предварительно нанеся на нее (но не на брови!) немного геля или лака для волос.

3. При помощи двух прямых стержней можно проверить, насколько идеален изгиб ваших бровей. Начало брови должно приходиться на линию между крылом носа и внутренним углом глаза. Конец брови должен располагаться на линии, проведенной от крыла носа к наружному углу глаза.

4. Очень надежный способ оттенить брови: припудрить их пудрой для бровей и разгладить специальной кисточкой для бровей со скошенным краем.

5. Бесцветная тушь для ресниц придает темным, кустистым бровям блеск и форму.

6. Когда тушь для ресниц со щеточки уже использована по прямому назначению, остатка еще вполне достаточно для того, чтобы подтемнить брови.

7. Слева направо: «автоматический» пинцет, при помощи которого легче устранять волоски с большой поверхности. Для «прицельного» выщипывания больше подойдет классический пинцет. Если подкрашивать брови золотистым и темным карандашами для бровей, то появится своего рода эффект прядей. Пудра для бровей нежного шоколадного цвета, которую можно иной раз использовать и в качестве теней для век.





МОДЕЛИРОВАНИЕ

Добиться здесь эффекта — для дилетантов почти недостижимая вещь и даже от профессионалов требует высочайшего мастерства…

Моделирование — что это такое?

● При помощи некоторых приемов в лице что-то оптически устраняется или добавляется. Это достигается при помощи светлых или, соответственно, темных теней, которые наносятся на определенные места. При этом следуют правилу: то, что должно отступить, как бы уводится в глубину при помощи темных теней, а то, что надо выдвинуть вперед, осветляется.

Надо? Или не надо?

● Кто хочет избежать лишних разочарований, должен знать: работа с тенями — это нечто для профессионалов. Ибо оптические модуляции выглядят ненатурально, если техника не отработана на сто процентов. Для дневного макияжа это зачастую вообще не годится, так что усилия и немалая трата времени могут быть вознаграждены только по особому случаю вечером.

Коричневые линии и белые крапины показывают, где должно проводиться затенение, а где осветление. Даже визажистам бывает нелегко добиться такого эффекта

Как это делается?

● Пользуясь грунтовкой самого светлого и самого темного тонов, можно осветлить или оттенить отдельные участки лица. Те же самые манипуляции проводятся затем с пудрой, которая должна быть либо темной, либо светлой. Темные эффекты достигаются также коричневатыми румянами или бронзовой пудрой. Для осветления существуют специальные кремы, а лучше всего театральные гримировочные белила, которые смешивают (на тыльной стороне кисти) с нормальной грунтовкой. В любом случае перед моделированием лицо сперва выравнивается при помощи обычной грунтовки.

Кроме того, следует принять во внимание:

● Кто моделирует со светлой или темной грунтовкой, должен затем соответствующие места лица сделать матовыми при помощи темной или светлой пудры.

● Кто применяет для моделирования темную и светлую пудру, должен перед этим обильно припудрить все лицо прозрачной бесцветной пудрой.

● Белый или коричневый карандаш для кайала очень легко наносится, но растирается с трудом.

Что можно исправить моделированием?

● Можно осветлить круги под глазами и внутренние уголки глаз (это как бы раздвигает глаза). Кроме того, можно осветлить углубление на подбородке (если оно очень бросается в глаза), складки между носом и уголками губ и даже поперечную складку между бровями или на лбу. Для осветления поверхностей берется кремовидный препарат, для отдельных складочек — карандаш.

● Тени накладываются на крылья носа (если вам кажется, что ваш нос чересчур широк), кроме того, на боковые стороны щек, если вы хотите, чтобы лицо казалось уже. Слишком плоский лоб приобретает более приглядные контуры затенением боковых сторон, то же и с двойным подбородком или удлиненным кончиком носа.

Если ведется осветление и затемнение, то вначале расставляются все светлые, а затем уже темные акценты. При моделировании вдвойне важно соблюдать принцип: начинать нужно минимальными дозами цвета и лишь затем постепенно наращивать интенсивность.



РУМЯНА

Легкий налет румян на щеках, лбу и подбородке оживляет цвет кожи, моделирует лицо и придает блеск глазам

Дань моде или придание живости?

● Применение румян в гораздо большей степени подвержено влиянию моды, чем тонировка или пудра. Иногда румянами наносят отчетливые акценты, потом их снова отодвигают на задний план. Но все эти повороты моды лучше не воспринимать всерьез, а придерживаться того факта, что румяна в каждое лицо вносят оживление и омолаживают. Кроме того, они уравновешивают остальной макияж: чем сильнее накрашены глаза и губы, тем важнее, чтобы в пространстве между ними играло что-нибудь «цветное».

Румяна-пудра или румяна-крем?

● Ответ очень простой: если кожу припудривают, берут румяна-пудру, а если применяют грунтовку (или всего лишь дневной крем), то лучше воспользоваться жирными румянами. Причина тут такая: пудра-румяна легко наносятся только на припудренную кожу, и наоборот: румяна-крем на напудренной коже трудно распределить равномерно, и на фоне матовой припудренной кожи они бы лоснились. Иными словами, пудра-румяна хороши при основательном макияже, а румяна-крем — при более натуральном дневном.

Пудра-румяна наносятся толстой кистью так, чтобы это выглядело как можно естественнее. «Границы» должны исчезнуть!

● Будьте осторожны: многие румяна-пудра содержат тонкий блеск. Вечером это золотистое или серебристое мерцание выглядит хорошо, но днем у него ненатуральный вид. При покупке следите за этим и для дневного макияжа выбирайте матовые румяна.

Терракотовая пудра вместо румян — тоже возможно

● Идеальный освежитель для загорелой кожи лица — так называемая терракотовая пудра из глины тонкого помола. Ее можно применять двумя способами:

1. Вместо румян, чтобы придать легкую смуглоту.
2. Вместо грунтовки лица или тонирующего дневного крема, если кожа загорелая и хочется придать ее смуглости еще большую насыщенность.

В первом случае акцентируются только отдельные места (щеки, скулы, виски, контур подбородка); во втором случае пудра тонким слоем наносится на все лицо. В обоих случаях важно наносить ее небольшими порциями, потому что терракотовая пудра очень интенсивна и кажется неестественной при употреблении без меры. Правило для пудры-румян такое же: начинать слабыми дозами и увеличивать слой, пока не достигнете нужного эффекта.

Куда наносят румяна?

● Прежде всего на щеки. Профессионалы применяют румяна также на лбу и подбородке, равно как и под бровями, чтобы дополнительно оживить лицо.

● Щеки: не стремитесь придать им определенную форму, но все же упор надо делать в направлении к вискам. При самом основательном макияже румяна тоже наносятся плавно, без контуров. Отчетливо видимые границы румян — это дело вкуса и в настоящее время не в моде.

● Подбородок и лоб: легкое прикосновение румян придаст вам свежий вид.

● Глаза: немного румян, нанесенных под бровями, делает глаза больше, а взгляд живеет.

● Шея: если шея светлее, чем лицо (несмотря на все старания подобрать цвет грунтовки в тон коже), можно для выравнивания нанести немного румян.

При помощи румян можно слегка подкорректировать форму лица. Круглое лицо, например, приобретает контурность, если румяна нанести в виде вытянутого треугольника — от висков к уголкам губ. Плоское, квадратное лицо приобретает некоторую заостренность, если нанести румяна от щек к носу. Острый подбородок за счет румян округляется. Слишком широкий лоб можно осторожно затемнить румянами.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Летом вместо пудры-румян применяйте бронзовую пудру, это придает красивое, натуральное свечение, особенно на загорелой коже. Важно: брать на кисточку совсем немного пудры и повторять эту процедуру до тех пор, пока не добьетесь нужного оттенка.

Как правильно нанести румяна-пудру и румяна-крем?

● Румяна-пудру легче всего наносить кистью с длинной ручкой, какими пользуются профессионалы. Маленькие кисти с короткой ручкой, вложенные в коробочки с румянами, больше годятся для того, чтобы подправить румяна.

Вначале несколько раз проводят кистью по пудре, потом избыточную пудру сдувают или отряхивают о тыльную сторону руки. Кисть помещают на верхнюю точку скулы и, не надавливая, косо водят между уголком рта и виском. Здесь так же надо следовать правилу постепенности: наносить румяна маленькими дозами, пока не достигнете желаемого эффекта. Потому что избыток румян почти невозможно снять, не повредив при этом слоя грунтовки. Увеличить же интенсивность цвета маленькими порциями, напротив, очень легко.

● Применяя крем-румяна, наносят его кончиками пальцев и затем нежно растирают. Еще лучше пользоваться мелкопористой губкой.

● Румяна бывают также жидкими и пенистыми. Оба эти вида довольно сложно применять: их надо быстро растереть по коже,

1. *Какой цвет румян наилучший? Тот, который больше всего подходит к тону кожи. Здесь дело обстоит иначе, чем с губной помадой, цвет которой может быть и экстраординарным. Румяна должны выглядеть как можно более натурально. Кто не уверен в своем цвете, должен поднести к лицу различные цвета румян и посмотреть, какой из них лучше всего гармонирует с цветом кожи.*

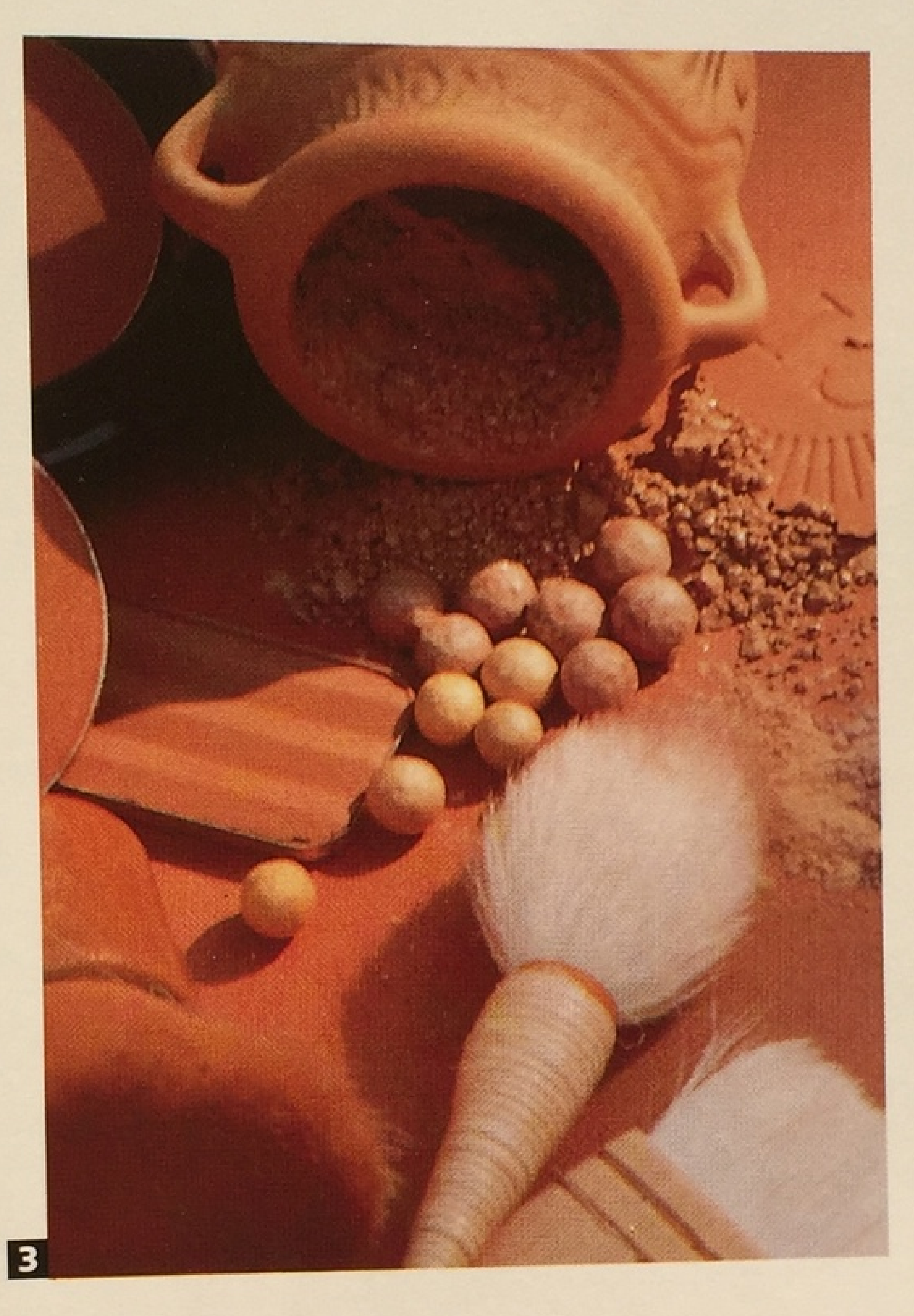
2. *При помощи румян и терракотовой пудры можно сделать более отчетливым контур подбородка. Чтобы не возникло резкой черты, берется широкая толстая кисть.*

3. *Летом вместо румян лучше всего применять бронзовую или терракотовую пудру. Она встречается в виде тончайшей пудры или в виде спрессованных шариков. Преимущество последних: водя по шарику кистью, легче дозировать количество пудры.*

4. *Крем-румяна наносится на напудренную кожу и растирается пальцами. Это выглядит особенно натурально, но держится не так долго, как румяна-пудра, и приходится подновлять этот слой два-три раза на дню.*


1


2


3


4

пока жидкие, потому что они быстро высыхают, и результата уже нельзя поправить.

Румяна должны гармонировать с цветом лица

● Правило, по которому румяна и губная помада должны быть одного цвета, уже не имеет силы — с тех пор, как румяна перестали наносить с отчетливыми границами. Тенденция направлена к натуральности; румяна должны выглядеть как естественный румянец. При выборе тона ориентируются на цвет просвечивающих сквозь кожу кровеносных сосудов.

Главное правило гласит: к светлой, розоватой коже подходят все холодные тона с голубоватым отливом: от розового до едко-розового. Тон кожи, который ближе к желтоватому или оливковому, требует теплых тонов вроде абрикосового, кораллового, коричневого или медного (см. также стр. 100).

● Глаза: немного румян, нанесенных под бровями, делает глаза больше, а взгляд живеет.

● Шея: если шея светлее, чем лицо (несмотря на все старания подобрать цвет грунтовки в тон коже), можно для выравнивания нанести немного румян.

При помощи румян можно слегка подкорректировать форму лица. Круглое лицо, например, приобретает контурность, если румяна нанести в виде вытянутого треугольника — от висков к уголкам губ. Плоское, квадратное лицо приобретает некоторую заостренность, если нанести румяна от щек к носу. Острый подбородок за счет румян округляется. Слишком широкий лоб можно осторожно затемнить румянами.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Летом вместо пудры-румян применяйте бронзовую пудру, это придает красивое, натуральное свечение, особенно на загорелой коже. Важно: брать на кисточку совсем немного пудры и повторять эту процедуру до тех пор, пока не добьетесь нужного оттенка.

Как правильно нанести румяна-пудру и румяна-крем?

● Румяна-пудру легче всего наносить кистью с длинной ручкой, какими пользуются профессионалы. Маленькие кисти с короткой ручкой, вложенные в коробочки с румянами, больше годятся для того, чтобы подправить румяна.

Вначале несколько раз проводят кистью по пудре, потом избыточную пудру сдувают или отряхивают о тыльную сторону руки. Кисть помещают на верхнюю точку скулы и, не надавливая, косо водят между уголком рта и виском. Здесь так же надо следовать правилу постепенности: наносить румяна маленькими дозами, пока не достигнете желаемого эффекта. Потому что избыток румян почти невозможно снять, не повредив при этом слоя грунтовки. Увеличить же интенсивность цвета маленькими порциями, напротив, очень легко.

● Применяя крем-румяна, наносят его кончиками пальцев и затем нежно растирают. Еще лучше пользоваться мелкопористой губкой.

● Румяна бывают также жидкими и пенистыми. Оба эти вида довольно сложно применять: их надо быстро растереть по коже, пока жидкие, потому что они быстро высыхают, и результата уже нельзя поправить.

1. *Какой цвет румян наилучший? Тот, который больше всего подходит к тону кожи. Здесь дело обстоит иначе, чем с губной помадой, цвет которой может быть и экстраординарным. Румяна должны выглядеть как можно более натурально. Кто не уверен в своем цвете, должен поднести к лицу различные цвета румян и посмотреть, какой из них лучше всего гармонирует с цветом кожи.*

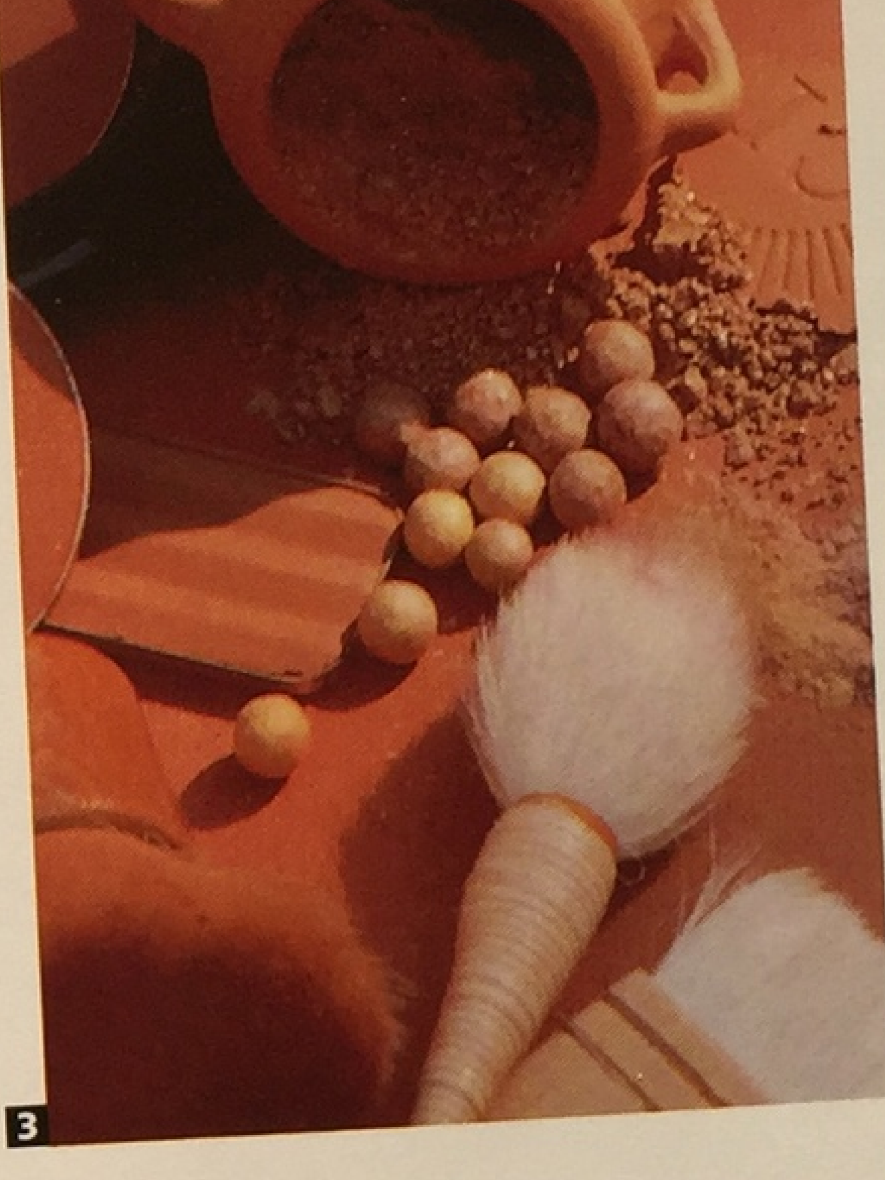
2. *При помощи румян и терракотовой пудры можно сделать более отчетливым контур подбородка. Чтобы не возникло резкой черты, берется широкая толстая кисть.*

3. *Летом вместо румян лучше всего применять бронзовую или терракотовую пудру. Она встречается в виде тончайшей пудры или в виде спрессованных шариков. Преимущество последних: водя по шарику кистью, легче дозировать количество пудры.*

4. *Крем-румяна наносится на напудренную кожу и растирается пальцами. Это выглядит особенно натурально, но держится не так долго, как румяна-пудра, и приходится подновлять этот слой два-три раза на дню.*


1


2


3


4

Румяна должны гармонировать с цветом лица

● Правило, по которому румяна и губная помада должны быть одного цвета, уже не имеет силы — с тех пор, как румяна перестали наносить с отчетливыми границами. Тенденция направлена к натуральности; румяна должны выглядеть как естественный румянец. При выборе тона ориентируются на цвет просвечивающих сквозь кожу кровеносных сосудов.

Главное правило гласит: к светлой, розоватой коже подходят все холодные тона с голубоватым отливом: от розового до едко-розового. Тон кожи, который ближе к желтоватому или оливковому, требует теплых тонов вроде абрикосового, кораллового, коричневого или медного (см. также стр. 100).



ТЕНИ ДЛЯ ВЕК

Игра с разнообразными оттенками — удовольствие особого рода. Она, как всякая игра, имеет свои правила…

С тенями надо экспериментировать

● Тени подчеркивают натуральные затемнения глазниц. Кто наносит тени, осознанно привлекает внимание к своим глазам. Тени наносятся после румян, но перед тем, как прочертить штрих кайала, подвести глаза лайнером и покрасить ресницы тушью. Какие тени вы нанесете, зависит от многих факторов: хотите вы, чтобы они были густыми или едва заметными, демоническими (темными) или девическими (светлыми), в одном цвете или в нескольких. Это зависит еще от расцветки наряда, а также от вашего цветового типа (об этом см. стр. 100), от повода и персонального стиля. То, что в настоящее время в моде, нельзя перенимать вслепую, особенно когда дело касается теней. Но это не значит, что вы не должны отваживаться на эксперименты. Напротив. Как раз с тенями надо время от времени пробовать как новые цветовые сочетания, так и технику нанесения. Помимо того, что эта игра доставит вам удовольствие, вы получите дополнительную тренировку в макияже.

Слева: если наносят тени едва заметно, можно провести их до самых бровей и не выглядеть при этом размалеванной

Пудра, крем или карандаш?

● Больше всего распространены тени в виде пудры. Тут есть большой выбор цветов, каждый сезон появляются новые, и в ходу палитры, содержащие два или больше цветов. Обращаться с тенями-пудрой довольно легко. Наносятся они поролоновым аппликатором или плоской широкой кистью. Если вы спешите, достаточно и одного мазка, можно воспользоваться и кончиком пальца.
Не особенно хороши тени для тех, кто носит контактные линзы, потому что мелкая пыльца теней может попасть в глаза.

● Для белых, кремово-белых или розоватых теней существует общее название — хайлайтер (см. стр. 36).

● Тени-кремы бывают в баночках и в виде патронов. Если теням на веке нужно придать определенную форму, можно нанести крем и кончиком пальца. Поскольку он быстросохнущий, нужно действовать быстро; исправить ошибки будет трудно. Тени в виде крема оптимальны для тех, кто носит контактные линзы. Их недостаток: тени-крем легче, чем тени-пудра, скапливаются в складках век.

● Тени-карандаш имеют вид толстых цветных карандашей и могут быть как более рыхлыми, так и более жирными. Ими можно проводить широкие полосы и затем растирать кисточкой, аппликатором или кончиком пальца. Тени-карандаш идеальны в дороге.

Советы по нанесению теней

● Веки должны быть очищены от жира. Остатки крема нужно снять косметической губкой или салфеткой.

● Припудрить веки пуховкой или кистью (остатков пудры на пуховке после припудривания грунтовки будет достаточно).

● Профессионалы выравнивают веко до брови грунтовкой и затем припудривают. Это особенно оправдано при красноватых веках. Но морщинки или припухлости при этом — увы — становятся заметнее.

● Не наносите сразу много теней. Любой избыток трудно устраняется; напротив, добавить, если не хватило, всегда легче. Очень рекомендуется сначала мазнуть аппликатором по тыльной стороне кисти, чтобы смахнуть с него избыток краски. Или

увлажнить поролоновый аппликатор, промокнуть о салфетку и лишь затем набирать на него тени. Таким образом можно избежать того, чтобы крошки краски упали вам на щеки.

● Вдоль края века тени надо наносить посильнее. Начинать при этом нужно не от внутреннего угла глаза, а от середины века.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Время от времени надо промывать поролоновые аппликаторы с мылом. Тогда тени легче набираются и не осыпаются. Пока аппликатор еще влажный, тени ложатся интенсивнее.

Отсюда к наружному углу глаза нужно усиливать интенсивность цвета. Остатками краски на аппликаторе выровнять оставшуюся внутреннюю половинку века.

● Тень надо косо свести наверх и мягко на нет. Для этого веко нужно немного растянуть снаружи вверх.

● Легкий налет прозрачной пудры в заключение сделает тени прочнее.

Приемы моделирования для век

● Также и при нанесении теней есть некоторые принципы. Самые важные из них:

● Внутрь светлее, наружу темнее, с плавным переходом. Так подчеркивается наружный уголок глаза, и глаза кажутся шире расставленными и удлиненными. Плохо это выглядит лишь тогда, когда они от природы расставлены широко. Во всех остальных случаях это подходит к глазам любой формы.

● Нижние линии темнее — верхние светлее. Независимо от цвета тени у самого края века должны быть темнее всего, а к брови становиться светлее.

● Светлые тени под бровью (хайлайтер) должны оптически «открывать» глаза. Но это легко может принять ненатуральный вид и больше подходит для основательного вечернего макияжа. Днем это допускается лишь в той форме, что обычные тени наносятся под бровью гораздо слабее, чем на веке.

● Есть прием, делающий глаза большими: затемнить складку века. Особенно сильно этот эффект проявляется, если оставить само веко ненакрашенным. Краска наносится непосредственно на складку и растирается вверх. Будьте осторожны: если глаза посажены глубоко, такие тени сделают вас только мрачнее.

● Когда глаза маленькие и мало места для нанесения теней, то глаза кажутся больше, если оттенить нижнее веко вместо верхнего.

● Тени у внешнего угла глаза ни в коем случае не

1. *Всегда уместен и всем к лицу: неброский макияж нейтрального, дымчато-серого цвета. Тени нужно наносить очень мягко и лишь к наружному уголку глаза усиливать интенсивность. Вдоль края века можно провести черту того же цвета, увлажнив кисточку перед тем, как зачерпнуть ею тени.*

2. *Если тени на веках показались вам слишком густыми или два их оттенка неплавно переходят друг в друга, припудрите веки бесцветной пудрой.*

3. *Румяна и тени должны сочетаться и принадлежать либо к теплой, либо к холодной шкале цветов (см. стр. 100). Здесь: румяна и тени в нежных осенних тонах.*

4. *Палитра теней для домашнего использования. Ваши любимые цвета вы можете собрать из разных наборов, осторожно острым предметом выковырнув ванночки с тенями и наклеив их на одну общую подложку.*

5. *Нанесенные поверх тонкого слоя пудры, тени кажутся прозрачнее.*

6. *Специальный эффект для вечера: темными тенями в самом глубоком месте глазниц прочерчивается узкая дуга и растирается вверх. Особенно эффектно это выглядит, если веко при этом остается свободно от теней.*


1
2
3
4
5
6

увлажнить поролоновый аппликатор, промокнуть о салфетку и лишь затем набирать на него тени. Таким образом можно избежать того, чтобы крошки краски упали вам на щеки.

● Вдоль края века тени надо наносить посильнее. Начинать при этом нужно не от внутреннего угла глаза, а от середины века.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Время от времени надо промывать поролоновые аппликаторы с мылом. Тогда тени легче набираются и не осыпаются. Пока аппликатор еще влажный, тени ложатся интенсивнее.

Отсюда к наружному углу глаза нужно усиливать интенсивность цвета. Остатками краски на аппликаторе выровнять оставшуюся внутреннюю половинку века.

● Тень надо косо свести наверх и мягко на нет. Для этого веко нужно немного растянуть снаружи вверх.

● Легкий налет прозрачной пудры в заключение сделает тени прочнее.

Приемы моделирования для век

● Также и при нанесении теней есть некоторые принципы. Самые важные из них:

● Внутрь светлее, наружу темнее, с плавным переходом. Так подчеркивается наружный уголок глаза, и глаза кажутся шире расставленными и удлиненными. Плохо это выглядит лишь тогда, когда они от природы расставлены широко. Во всех остальных случаях это подходит к глазам любой формы.

● Нижние линии темнее — верхние светлее. Независимо от цвета тени у самого края века должны быть темнее всего, а к брови становиться светлее.

● Светлые тени под бровью (хайлайтер) должны оптически «открывать» глаза. Но это легко может принять ненатуральный вид и больше подходит для основательного вечернего макияжа. Днем это допускается лишь в той форме, что обычные тени наносятся под бровью гораздо слабее, чем на веке.

● Есть прием, делающий глаза большими: затемнить складку века. Особенно сильно этот эффект проявляется, если оставить само веко ненакрашенным. Краска наносится непосредственно на складку и растирается вверх. Будьте осторожны: если глаза посажены глубоко, такие тени сделают вас только мрачнее.

● Когда глаза маленькие и мало места для нанесения теней, то глаза кажутся больше, если оттенить нижнее веко вместо верхнего.

● Тени у внешнего угла глаза ни в коем случае не

1. Всегда уместен и всем к лицу: неброский макияж нейтрального, дымчато-серого цвета. Тени нужно наносить очень мягко и лишь к наружному уголку глаза усиливать интенсивность. Вдоль края века можно провести черту того же цвета, увлажнив кисточку перед тем, как зачерпнуть ею тени.

2. Если тени на веках показались вам слишком густыми или два их оттенка неплавно переходят друг в друга, припудрите веки бесцветной пудрой.

3. Румяна и тени должны сочетаться и принадлежать либо к теплой, либо к холодной шкале цветов (см. стр. 100). Здесь: румяна и тени в нежных осенних тонах.

4. Палитра теней для домашнего использования. Ваши любимые цвета вы можете собрать из разных наборов, осторожно острым предметом выковырнув ванночки с тенями и наклеив их на одну общую подложку.

5. Нанесенные поверх тонкого слоя пудры, тени кажутся прозрачнее.

6. Специальный эффект для вечера: темными тенями в самом глубоком месте глазниц прочерчивается узкая дуга и растирается вверх. Особенно эффектно это выглядит, если веко при этом остается свободно от теней.



должны сбегать вниз, это придаст вам скорбный вид, они всегда уходят косо вверх. Кто хочет сделать «кошачьи» глаза, проводит тонкую линию теней от верхнего и от нижнего века косо вверх. При менее основательном макияже очерчивается лишь наружная треть века. Это тоже делает глаз выразительно узким и красивым.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Тени с блеском применять только вечером. Днем они выглядят неестественно. Будьте осторожны: блеск подчеркивает на веках каждую морщиночку и неровность. Особенно если это золотые, серебряные и медные тона.

Из чего состоят тени?

● Основные вещества в составе теней — пудра (тальк, каолин), воск, масла (например, силиконовое и парафиновое), вяжущие средства, консерванты, вода и цветные пигменты. Радужные тени включают в состав также дозу перламутра. О тенях было много споров, потому что в их состав входили тяжелые металлы, вызывающие аллергию. Теперь используют лишь синтетические пигменты, к тому же эти пигменты обволакиваются тонкой пленкой жира. Таким образом, они не приходят в соприкосновение непосредственно с кожей. Это капсулирование в пленке жира имеет еще то преимущество, что тени легче и равномернее распределяются. Поскольку пигменты не смешиваются с кожным жиром, эти тени не так скоро скапливаются в складке века.

Цвета теней — как их правильно выбрать?

● Старое правило, что тени должны быть того же цвета, что и радужка, уже не действует. Цвет глаз скорее притупляется, если тени в точности повторяют его. Дополняющие же цвета придают глазу свечение. Например: к голубому глазу — желтоватая охра, к зеленовато-лиловому и карему глазу — едко-розовый. Если радужка глаза в крапинку, то веки хорошо оттенить цветом крапин. Естественно, нюансы любого цвета должны соответствовать вашему цветовому типу. Подробнее читайте об этом на стр. 100. Цветовые правила вроде того, которое мы только что привели, работают в принципе и тогда, когда веко оттеняется двумя или тремя цветами. В таком случае цвет радужки может совпадать с одним из цветов теней. Важно при таком комбинировании следить, чтобы цвета более темные располагались скорее наружу, а светлые — внутрь.

Возможность комбинировать цвета практически безгранична. Вы можете самостоятельно определить цвета, которые вам к лицу, это доставит вам творческую радость. Тем не менее вот несколько рекомендаций:

1. *Карандаш для век и тени цвета голубино-голубого.*

2. *Бутылочно-зеленый в темном и светлом нюансах особенно хорош при светлой коже.*

3. *Совершенно нейтрально: антрацитово-серые тени и карандаш для век того же цвета.*

4. *Вечерний макияж: зеленые тени, нанесенные V-образно, и светлая пудра на середине века.*

5. *Отменное сочетание: комбинация из едко-розового, оранжевого и нежно-желтого. Дополняется неброской губной помадой.*

6. *Особенно к лицу темноволосым женщинам: розовые тени, слегка приглушенные серым. И белый кайал на нижнем веке.*

7. *Карандаш и тени светло-лилового цвета; розовый в качестве хайлайтера под бровью.*

8. *Хорошо только вечером и только при безупречно гладких веках: золотые тени. Здесь они оттенены мягким коричневым карандашом и красно-коричневыми тенями в глазницах.*

9. *Придаст вам таинственности: дымчато-серые тени, в наружные стороны — темнее и кверху мягко сходящие на нет.*


1
2
3
4
5
6
7
8
9

должны сбегать вниз, это придаст вам скорбный вид, они всегда уходят косо вверх. Кто хочет сделать «кошачьи» глаза, проводит тонкую линию теней от верхнего и от нижнего века косо вверх. При менее основательном макияже очерчивается лишь наружная треть века. Это тоже делает глаз выразительно узким и красивым.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Тени с блеском применять только вечером. Днем они выглядят неестественно. Будьте осторожны: блеск подчеркивает на веках каждую морщиночку и неровность. Особенно если это золотые, серебряные и медные тона.

Из чего состоят тени?

● Основные вещества в составе теней — пудра (тальк, каолин), воск, масла (например, силиконовое и парафиновое), вяжущие средства, консерванты, вода и цветные пигменты. Радужные тени включают в состав также дозу перламутра. О тенях было много споров, потому что в их состав входили тяжелые металлы, вызывающие аллергию. Теперь используют лишь синтетические пигменты, к тому же эти пигменты обволакиваются тонкой пленкой жира. Таким образом, они не приходят в соприкосновение непосредственно с кожей. Это капсулирование в пленке жира имеет еще то преимущество, что тени легче и равномернее распределяются. Поскольку пигменты не смешиваются с кожным жиром, эти тени не так скоро скапливаются в складке века.

Цвета теней — как их правильно выбрать?

● Старое правило, что тени должны быть того же цвета, что и радужка, уже не действует. Цвет глаз скорее притупляется, если тени в точности повторяют его. Дополняющие же цвета придают глазу свечение. Например: к голубому глазу — желтоватая охра, к зеленовато-лиловому и карему глазу — едко-розовый. Если радужка глаза в крапинку, то веки хорошо оттенить цветом крапин. Естественно, нюансы любого цвета должны соответствовать вашему цветовому типу. Подробнее читайте об этом на стр. 100. Цветовые правила вроде того, которое мы только что привели, работают в принципе и тогда, когда веко оттеняется двумя или тремя цветами. В таком случае цвет радужки может совпадать с одним из цветов теней. Важно при таком комбинировании следить, чтобы цвета более темные располагались скорее наружу, а светлые — внутрь.

Возможность комбинировать цвета практически безгранична. Вы можете самостоятельно определить цвета, которые вам к лицу, это доставит вам творческую радость. Тем не менее вот несколько рекомендаций:

1. *Карандаш для век и тени цвета голубино-голубого.*

2. *Бутылочно-зеленый в темном и светлом нюансах особенно хорош при светлой коже.*

3. *Совершенно нейтрально: антрацитово-серые тени и карандаш для век того же цвета.*

4. *Вечерний макияж: зеленые тени, нанесенные V-образно, и светлая пудра на середине века.*

5. *Отменное сочетание: комбинация из едко-розового, оранжевого и нежно-желтого. Дополняется неброской губной помадой.*


6. *Особенно к лицу темноволосым женщинам: розовые тени, слегка приглушенные серым. И белый кайал на нижнем веке.*

7. *Карандаш и тени светло-лилового цвета; розовый в качестве хайлайтера под бровью.*

8. *Хорошо только вечером и только при безупречно гладких веках: золотые тени. Здесь они оттенены мягким коричневым карандашом и красно-коричневыми тенями в глазницах.*

9. *Придаст вам таинственности: дымчато-серые тени, в наружные стороны — темнее и кверху мягко сходящие на нет.*





ШТРИХ НА ВЕКЕ

Он не всегда в моде, но, несмотря на это, никогда не забывается совсем: черта, привлекающая к глазам внимание

Штрих на веках всегда актуален

● Иногда это лишь тоненький хвостик, как во времена Мерилин, иногда это жирная черта, как в 60-е годы. А то он вообще надолго исчезает из виду. Но всякий раз визажисты открывают этот штрих как бы заново и заново пропагандируют его. Итак, штрих на веке никогда не повредит вам.
Классический штрих а ля Голливуд — черный и применяется без цветных теней на веках. Исключение — при большом макияже. Когда в моде цветной штрих (а он почти никогда не выходит из моды), он по большей части служит усилителем теней того же цвета. Каждый сезон в моде «косметический» вариант штриха: тонкая, еле заметная линия вдоль верхнего венца ресниц. Это хороший способ сдержанно подчеркнуть глаза и ресницы. Очень натурально выглядит штрих, если по цвету он соответствует ресницам и бровям.

Слева: штрих на веке, каким он должен быть — изысканно вычерченный и согласованный по цвету с тенями и тушью

Штрих на веке — чем его лучше нанести?

● Классический препарат — жидкий лайнер во флакончике или таблетка, с которой берут краску, разведя ее каплей воды. В обоих случаях черту наносят тонкой острой кисточкой.
● Удобнее всего — патроны, которые выглядят, как тушь для ресниц, и наполнены жидким лайнером. Кисточка (как в туши) вставлена в гильзу. Проще всего в обращении карандаш, который функционирует как фломастер. При этом краска автоматически наполняет кончик.
● «Косметический» штрих, проведенный кайалом, выглядит естественнее, чем проведенный лайнером (см. ниже).

Как сделать, чтобы штрих удался

● Веко должно быть по возможности обезжирено. Кожу припудрить — например, тенями под цвет кожи.
● С кисточки предварительно обтереть избыток краски, иначе линия не будет достаточно тонкой.
● Линию вести от внутреннего уголка глаза и тянуть до наружного, не отрываясь. Или начать от середины века, дорисовать до наружного края, а потом закончить к внутреннему уголку.
● У кого кожа воспалена, тому лучше сделать на веке точечные отметки, а затем соединить их между собой.
● Для облегчения прорисовки кожу на верхнем веке нужно натянуть двумя пальцами.
● То же самое — для «хвостика» в наружном уголке глаза: кожа натягивается вверх, тогда получается изящный загиб линии кверху.
● «Косметический» штрих вести вдоль основания ресниц уже тогда, когда глаз полностью накрашен — то есть после нанесения теней и туши.

Смотрится мягче: кайал вместо лайнера

● Для линии на нижнем веке лайнер слишком груб. Здесь лучше применить кайал.
Но и на верхнем веке черта будет казаться мягче, если провести ее кайалом.
Современный кайал — это цветная масса, запрессованная в патрон. Он не имеет ничего общего с индийско-арабским «колем» из растертых кристаллов, которым во времена хиппи проводили на

нижнем веке кайму, придающую глазу экзотический вид. Сегодняшний карандаш для кайала либо выдвижной с толстой, косо заостренной сердцевиной, либо выглядит как карандаш для бровей с сердцевиной разной твердости: для нижнего века помягче, для верхнего — тверже.

Если вы не знаете точно, какой карандаш для вас лучше, попробуйте его на тыльной стороне кисти: если царапается, то он жестковат для вашего века (карандаш для бровей, например, всегда жестковат для века).

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Если вам трудно провести штрих на веке, ставьте между ресниц точки остро заточенным карандашом для кайала. Другой вариант: поднять взгляд вверх и провести штрих снизу по внутреннему краю века.

Приемы подкрашивания кайалом

- Белый, светло-серый и телесного цвета кайал предназначены для нижнего века. Если подкрасить им нижнее веко изнутри, глаз будет казаться больше.
- Темный кайал на нижнем веке зрительно уменьшает глаз. Большие, темные глаза, напротив, кажутся с кайалом выразительнее.
- Если вы не хотите достичь эффекта уменьшения, но хотели бы при этом придать глазу контурность, возьмите серый, коричневый или цветной кайал и, увлажнив веко ватной палочкой, проведите линию по внутреннему краю века. Часть краски при этом в любом случае задержится у корней ресниц.
- Если на верхнем веке след кайала небезупречен, его можно растереть с тенями того же цвета. Эффект кайала (выделение контура) при этом остается.
- След кайала и на нижнем веке можно припудрить тенями. Это усиливает впечатление и делает цвет более стойким.
- Если макияж должен выглядеть наиболее естественно, кайал на верхнем веке может заменить собой тени. Для этого штрих нужно лишь слегка растереть (см. стр. 59).
- Линию кайала на нижнем веке не нужно проводить до самого внутреннего уголка глаза. Наружный же угол, напротив, нужно полностью обвести.

Штрих на веке должен соответствовать форме глаза

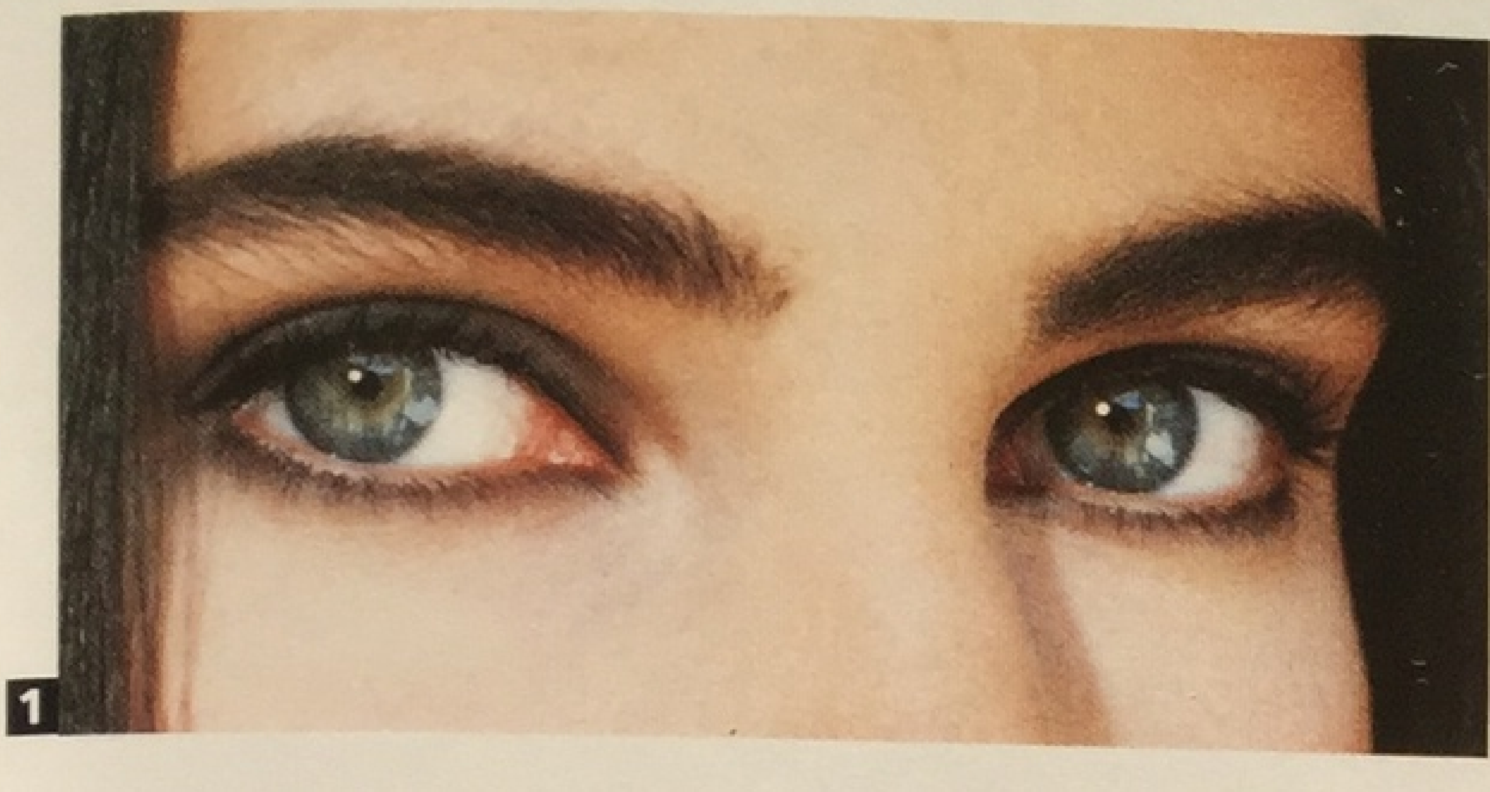
- Штрих должен повторять форму глаза и заканчиваться на наружном уголке. Если глаза слиш-

1. *Макияж с черным кайалом по верхнему и нижнему краю века к лицу только женщинам смуглого, южного типа. При этом будьте осторожны: темный кайал зрительно уменьшает глаза.*

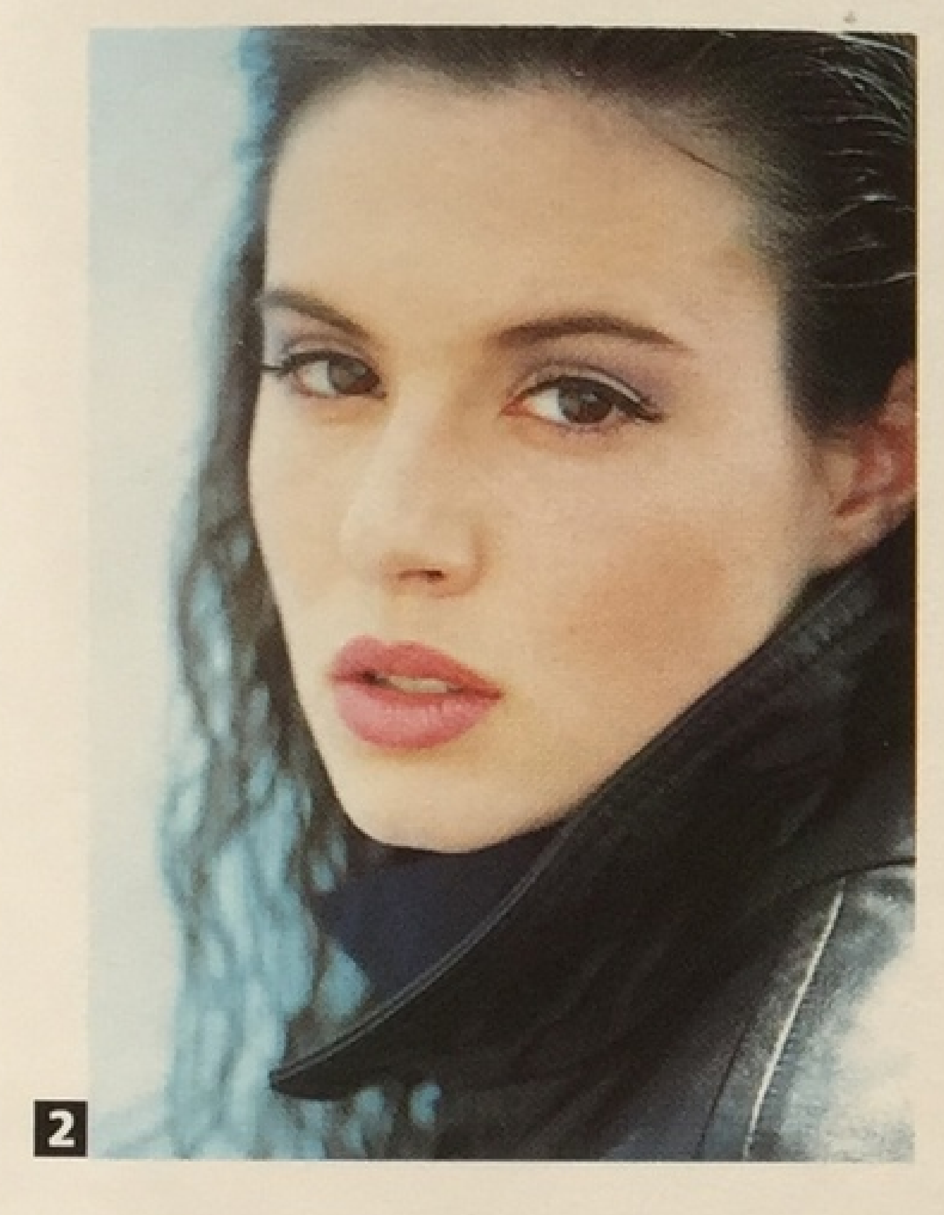
2. *Не каждому типу это подходит, но может в особенных случаях выглядеть превосходно: черный кайал с «хвостиками». Попробуйте на себе!*

3. *Белый кайал по краю нижнего века зрительно увеличивает глаза. Эффект усиливается, если между ресниц нижнего века была перед тем прорисована тонкая темная черта или нанесены тени.*

4. *Слева направо: темный кайал, которым можно провести «косметическую» линию на верхнем веке (см. стр. 41). Идеальным для нижнего века бывает выворачивающийся кайал со скошенным стержнем. Кисточка для лайнера должна быть достаточно тонкой и жесткой. Удобны карандаши для век, устроенные по принципу фломастера. Весьма необходимая вещь — ватные палочки, которыми легко можно поправить мелкие косметические оплошности. Они слегка увлажняются между губами, чтобы ворсинки ваты не попали в глаз.*



1



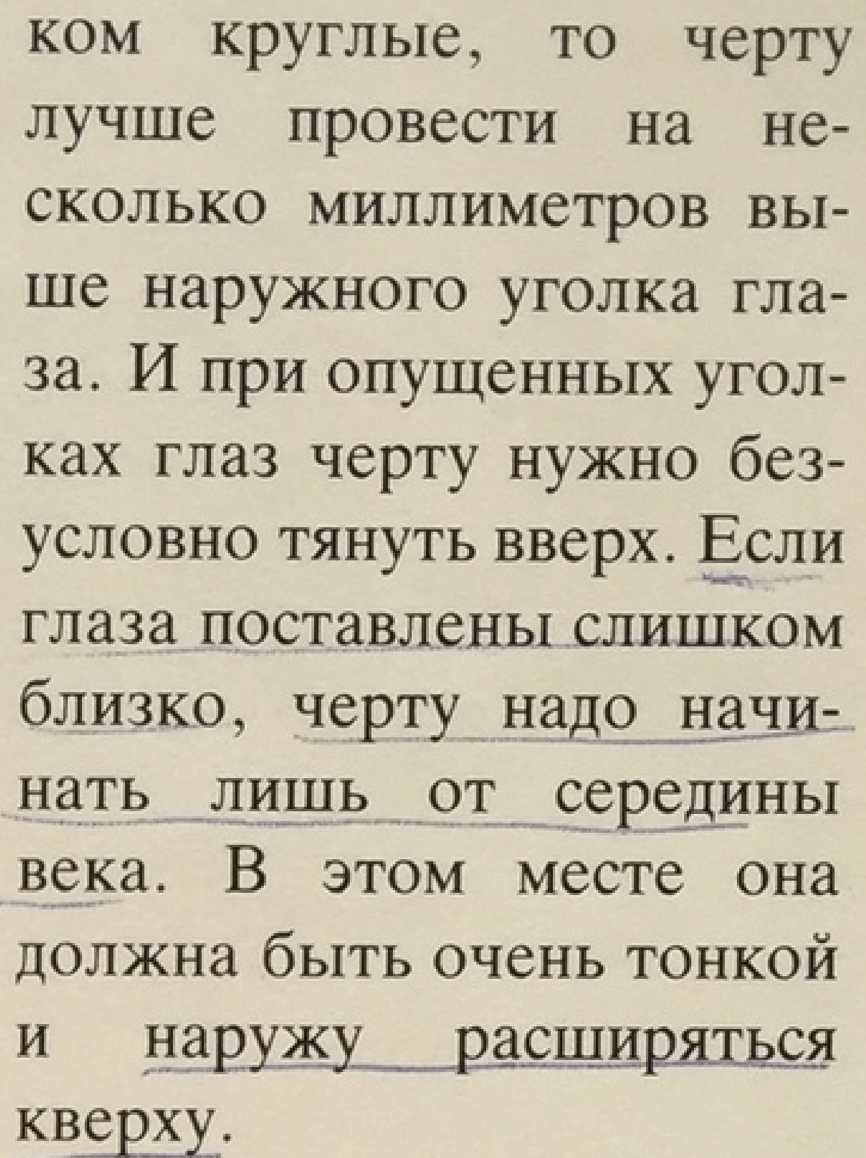
2



3



4



ком круглые, то черту лучше провести на несколько миллиметров выше наружного уголка глаза. И при опущенных уголках глаз черту нужно безусловно тянуть вверх. Если глаза поставлены слишком близко, черту надо начинать лишь от середины века. В этом месте она должна быть очень тонкой и наружу расширяться кверху.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Темный карандаш для кайала можно использовать в качестве контурного карандаша для губ. Важно при этом, чтобы линия была совсем тонкой, и нужно тщательно растереть ее внутрь влажной ватной палочкой. И лишь после этого наносить помаду или блеск для губ.

Татуировать веко? Лучше не надо

● Линию на веках, равно как и контуры губ, можно татуировать. Но мы бы не рекомендовали этого. Помимо того, что накалывание век татуировочной иглой слишком болезненно, эта процедура может вызвать воспаление или какие-либо повреждения. Кроме того, татуированная линия часто выглядит слишком ненатурально — особенно тогда, когда лицо совсем без косметики или когда эта линия выполнена небезукоризненно.

нижнем веке кайму, придающую глазу экзотический вид. Сегодняшний карандаш для кайала либо выдвижной с толстой, косо заостренной сердцевиной, либо выглядит как карандаш для бровей с сердцевиной разной твердости: для нижнего века помягче, для верхнего — тверже.

Если вы не знаете точно, какой карандаш для вас лучше, попробуйте его на тыльной стороне кисти: если царапается, то он жестковат для вашего века (карандаш для бровей, например, всегда жестковат для века).

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

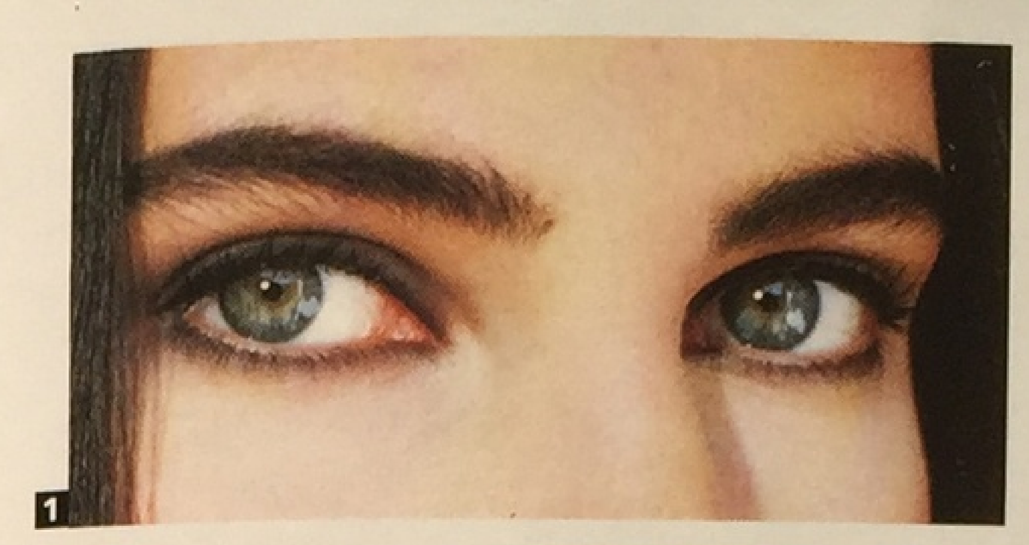
Если вам трудно провести штрих на веке, ставьте между ресниц точки остро заточенным карандашом для кайала. Другой вариант: поднять взгляд вверх и провести штрих снизу по внутреннему краю века.

Приемы подкрашивания кайалом

- Белый, светло-серый и телесного цвета кайал предназначены для нижнего века. Если подкрасить им нижнее веко изнутри, глаз будет казаться больше.
- Темный кайал на нижнем веке зрительно уменьшает глаз. Большие, темные глаза, напротив, кажутся с кайалом выразительнее.
- Если вы не хотите достичь эффекта уменьшения, но хотели бы при этом придать глазу контурность, возьмите серый, коричневый или цветной кайал и, увлажнив веко ватной палочкой, проведите линию по внутреннему краю века. Часть краски при этом в любом случае задержится у корней ресниц.
- Если на верхнем веке след кайала небезупречен, его можно растереть с тенями того же цвета. Эффект кайала (выделение контура) при этом остается.
- След кайала и на нижнем веке можно припудрить тенями. Это усиливает впечатление и делает цвет более стойким.
- Если макияж должен выглядеть наиболее естественно, кайал на верхнем веке может заменить собой тени. Для этого штрих нужно лишь слегка растереть (см. стр. 59).
- Линию кайала на нижнем веке не нужно проводить до самого внутреннего уголка глаза. Наружный же угол, напротив, нужно полностью обвести.

Штрих на веке должен соответствовать форме глаза

- Штрих должен повторять форму глаза и заканчиваться на наружном уголке. Если глаза слишком круглые, то черту лучше провести на несколько миллиметров выше наружного уголка глаза. И при опущенных уголках глаз черту нужно безусловно тянуть вверх. Если глаза поставлены слишком близко, черту надо начинать лишь от середины века. В этом месте она должна быть очень тонкой и наружу расширяться кверху.





1. *Макияж с черным кайалом по верхнему и нижнему краю века к лицу только женщинам смуглого, южного типа. При этом будьте осторожны: темный кайал зрительно уменьшает глаза.*

2. *Не каждому типу это подходит, но может в особенных случаях выглядеть превосходно: черный кайал с «хвостиками». Попробуйте на себе!*

3. *Белый кайал по краю нижнего века зрительно увеличивает глаза. Эффект усиливается, если между ресниц нижнего века была перед тем прорисована тонкая темная черта или нанесены тени.*

4. *Слева направо: темный кайал, которым можно провести «косметическую» линию на верхнем веке (см. стр. 41). Идеальным для нижнего века бывает выворачивающийся кайал со скошенным стержнем. Кисточка для лайнера должна быть достаточно тонкой и жесткой. Удобны карандаши для век, устроенные по принципу фломастера. Весьма необходимая вещь — ватные палочки, которыми легко можно поправить мелкие косметические оплошности. Они слегка увлажняются между губами, чтобы ворсинки ваты не попали в глаз.*

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Темный карандаш для кайала можно использовать в качестве контурного карандаша для губ. Важно при этом, чтобы линия была совсем тонкой, и нужно тщательно растереть ее внутрь влажной ватной палочкой. И лишь после этого наносить помаду или блеск для губ.

Татуировать веко? Лучше не надо

- Линию на веках, равно как и контуры губ, можно татуировать. Но мы бы не рекомендовали этого. Помимо того, что накалывание век татуировочной иглой слишком болезненно, эта процедура может вызвать воспаление или какие-либо повреждения. Кроме того, татуированная линия часто выглядит слишком ненатурально — особенно тогда, когда лицо совсем без косметики или когда эта линия выполнена небезукоризненно.



РЕСНИЦЫ

У вас должна быть тушь для ресниц. Потому что без красиво подкрашенных ресниц самый изысканный макияж не будет совершенным

Темные, длинные и густые, с красивым загибом...

● Венец длинных темных ресниц придает векам контурность и оживляет выражение глаз. И тени для век, и карандаш для век лучше всего действуют при хорошо накрашенных ресницах. Поэтому тушь для ресниц (маскара) непременно должна присутствовать в вашей косметичке. Слой краски тонкой пленочкой обволакивает каждую ресничку, отчего она не только приобретает цвет, но и толщину и длину, ибо кончики ресниц у многих бесцветные. Особенно это актуально для блондинок с бесцветными бровями и ресницами.

6 советов для окрашивания ресниц

● Ресницы должны быть обезжирены, потому что на жирном волосе тушь держится плохо.

● Щеточка для маскары должна иметь правильную форму. Оптимальны короткие, густые щеточки, сужающиеся вперед.

Свежепокрашенные тушью ресницы нужно разделить щеточкой или расческой для ресниц. Это легче сделать, когда тушь еще не совсем высохла

● Не надо набирать на щеточку слишком много краски, иначе ресницы слипнутся. При высококачественной туши на щетку попадает именно столько жидкости, сколько нужно.

● Маскара должна быть свежей. Как только краска начинает свертываться в крошки, нужно поменять патрон или купить новую тушь.

● Окраску нужно начинать с середины века и вначале красить наружную половину, а остатком туши — внутреннюю.

● Тушь надо вести от корней к кончикам ресниц. Дать туши немного подсохнуть и затем покрасить вторично (может быть, лишь кончики ресниц или наружный край).

Влагостойкая или нет? У той и у другой есть свои достоинства и недостатки

● Не водостойкие краски — это кремообразная маскара и так называемая слюнная тушь. Крем-маскара состоит примерно из тех же ингредиентов, что и любой крем, а именно: из жира и воды. Сюда добавляются мастика, упрочняющие смолы, красители и консерванты; недавно стали добавлять кератин для укрепления волос и ланолин, чтобы ресницы не становились сухими и ломкими. Слюнная тушь в принципе состоит из тех же частей, только без воды. Поэтому сухую таблетку перед применением нужно слегка увлажнить. Неводостойкая маскара имеет то преимущество, что она более щадяща для ресниц. Но у нее есть свои большие недостатки: с ней не поплаваешь, не выйдешь под дождь и лишний раз не поплачешь, иначе тушь потечет. Преимущества же: поскольку крем-маскара растворяется в воде, то косметика легко снимается с лица косметическим молочком или лосьоном.

● В водостойкую тушь для ресниц добавляются водостойкие смолы, и она не разводится в воде. Как правило, такая тушь выдерживает и плавание, и потообильные виды спорта, и приступы рыданий. Кроме того, она образует на ресничках прочную пленку, добавляя им длины. Недостаток водостойкой маскары: она растворяется в жирах. А это означает, что она может расплываться под глазом, образуя траурные круги. Поэтому в области глаз допускается нанести лишь чуть-чуть крема, а еще лучше применять обезжиренный гель для глаз.

Снять же водостойкую маскару можно лишь при помощи жирных препаратов, например, жирного крема, театрального разгримирователя или промасленными ватными тампонами. Чувствительные глаза могут отреагировать на это воспалительным процессом.

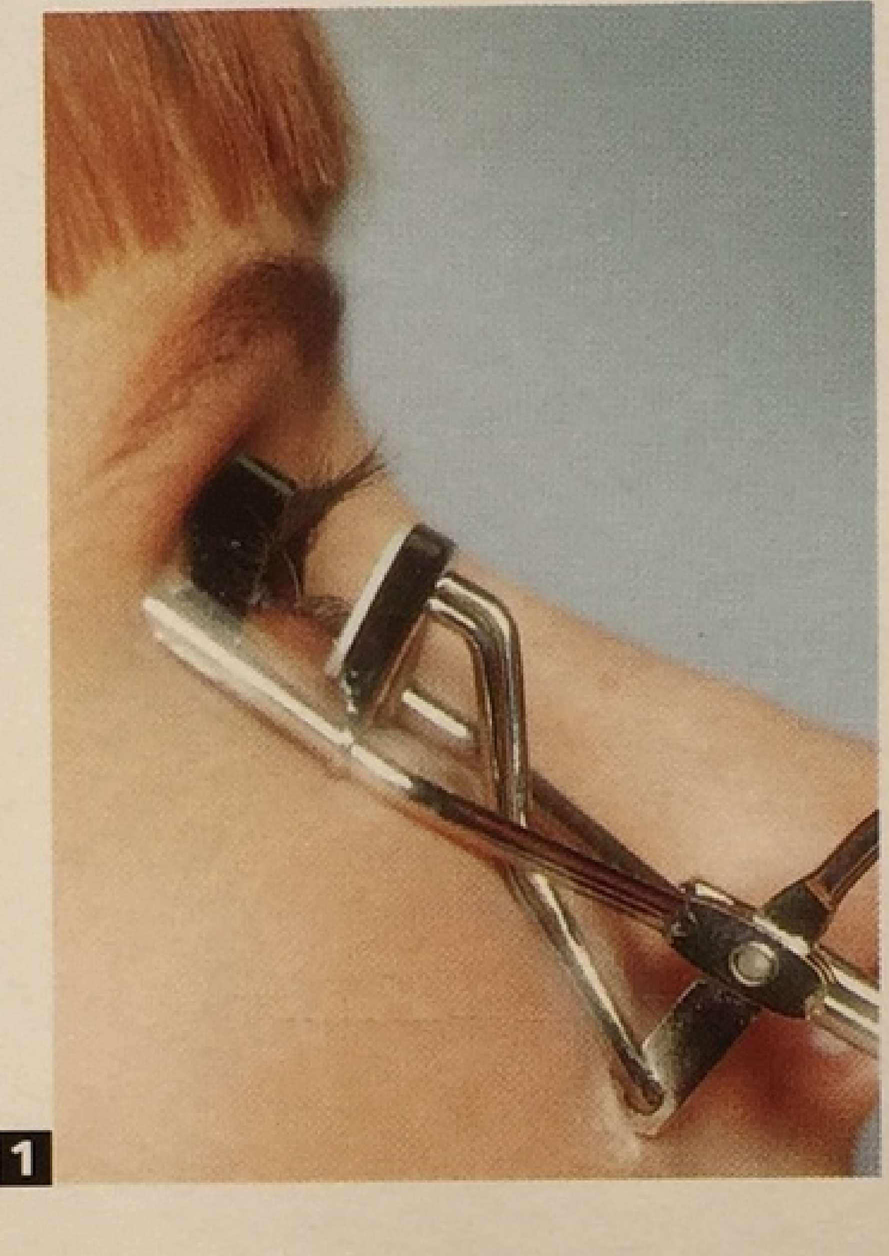
● Тушь для ресниц с шелковистым эффектом или удлиняющие волоски могут волшебно сгустить и удлинить ресницы. Но для тех, кто носит контактные линзы, это средство запрещенное, ибо крошечные волоски могут попасть в глаз.

Химическая окраска ресниц: это удобно в отпуске

● Ресницы можно окрашивать, как и волосы. Краска держится около месяца. Это практично во время отпуска, когда вам не хочется краситься совсем или когда вы прибегаете к минимальному макияжу. Но окраску ресниц можно посоветовать также и тем, у кого белесые ресницы, а выглядеть совсем уже «бесконтурной» не хочется ни утром за завтраком, ни вечером перед сном.

Самой выкрасить их не так-то просто. Краска должна быть густо нанесена до самых корней ресниц, но не попасть при этом в глаз. Глаза во время процесса нужно держать закрытыми. Кроме того, средства для самоокрашивания не такие сильные, как те, что применяют в салонах. Так что этот тру-







1. *Красивый загиб придают прямым ресницам специальные щипцы. Чтобы ресницы изогнулись в нужном месте, щипцы подносят к самым корням.*

2. *Когда вы красите верхние ресницы, подбородок должен быть приподнят. Когда нижние, голова должна быть опущена.*

3. *Отдельные реснички, отрезанные от ленты, берут пинцетом и приклеивают на нужное место.*

4. *Слева направо: искусственные ресницы: с длинными и короткими волосками, не слишком густые, закрепленные на тончайшей основе. Они наклеиваются специальным клеем поверх собственных ресниц после того, как наложены тени, но перед тем, как провести кайал. Перед этим нужно так подобрать длину, чтобы край нитки искусственных ресниц не доходил до самого внутреннего уголка глаза. Перед тем, как снимать с глаз грим, ресницы осторожно отклеивают, укладывают на бумажку и освобождают от косметики. Очень практично: двойной патрон с цветной маскарой на одном конце и с бесцветной на другом. Обязательно для вашего туалетного столика: щеточка и расчесочка для ресниц. Оптимальнее всего спиральная щеточка, которую подносят к самым корням ресниц и слегка вращают. Для профессионалов: краситель для ресниц, содержащий перекись водорода. Красит интенсивнее.*

доемкий процесс в домашних условиях не всегда вознаграждается в достаточной мере, и мы советовали бы для этой процедуры обращаться к специалистам.

С долговечными ресницами можно (почти) все

● Тогда как накладные ресницы предусмотрены лишь для вечерних выступлений, после которых они легко убираются, то долговечные ресницы держатся до пяти недель. Они наклеиваются по одному волоску или маленькими кустиками до десяти волосков специальным клеем у корней собственных ресниц. Эти искусственные ресницы можно купить всюду. Они водостойкие, в них можно принимать душ и мыть голову. Их только нельзя красить тушью, потому что при снятии грима жиросодержащими препаратами они могут отклеиться. Наклеивать их можно собственноручно. Но кто хочет быть уверен, что все сделано правильно, может для этой процедуры обратиться к косметичке.

Нуждаются ли ресницы в специальном уходе?

● Здоровые ресницы, грим с которых основательно снимается каждый вечер, не нуждаются в специальном уходе. Когда на лицо накладывают ночной крем, того, что попадает на ресницы, достаточно для их питания. Кто хочет дополнить это еще чем-нибудь, должен смазывать ресницы бесцветной маскарой. Она содержит масла, протеин, кератин и другие активные вещества, которые придают им эластичность. Длинные черные ресницы, которые вовсе не нуждаются в туши, от бесцветной маскары приобретают красивый блеск.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Цветная маскара лучше всего выглядит тогда, когда ресницы от природы длинные, густые и темные. При коротких светлых ресницах необходимо покрасить черной тушью хотя бы кончики верхних и обязательно нижние ресницы.

Как способствовать росту ресниц?

● К сожалению, никак. Какой они длины, густоты, какого цвета и как быстро растут, обусловлено генетически, и этого не изменить. На верхнем веке растет от 90 до 160 волосков длиной от 8 до максимум 12 мм. От 75 до 80 волосков длиной от 6 до 8 мм растет на нижнем веке. Срок жизни каждого волоска — несколько месяцев. Обычно выпадения ресниц не замечают, потому что новые волоски подрастают до той же самой длины.



ГУБЫ

Красить губы — разве это не искусство? Разве это умеют все? Может быть. Но профессионалам известно несколько приемов, которые стоит изучить

О чем говорит форма губ и их цвет?

● Едва ли еще какая-нибудь часть нашего тела подает такие отчетливые сигналы, как наш рот. Он может манить, соблазнять, надуваться или отвергать. Плохое настроение часто выражается опущенными уголками губ. Форма губ выдает даже отдельные черты характера, равно как и цвет, который женщина выбирает для своей губной помады: красные губы бывают у жизнелюбивых женщин, розовые у романтичных, оранжево-красные у экстравагантных и жемчужные — у женщин, имеющих успех.

Азбука изысканного макияжа для губ

● Чем ярче цвет губной помады, тем тщательнее она должна быть нанесена. Пять важнейших шагов на этом пути:

● Нанести увлажняющий бальзам, который придаст губам эластичность и устранит шелушение кожи.

● При помощи губки смазать губы тонировкой. Тогда губная помада распределится равномернее и будет дольше держаться.

● Контурным карандашом старательно обвести линию губ. Лучше всего начать с «V» в середине верхней губы и затем прорисовывать контур к углам. По нижней губе вести неотрывную линию от левого до правого угла. У кого линия не получается, может ставить вплотную друг к другу точки.

● Всю поверхность губ надо закрашивать не самой помадой, а кисточкой для губ. Брать краску на кисточку маленькими дозами и равномерно распределять от середины губ к уголкам.

● Чтобы убрать лишнюю помаду, которая иначе окажется на зубах, нужно промокнуть губы о бумажную салфетку. Если слой помады после этого покажется вам слишком слабым, можно еще раз подкрасить губы. Двойное нанесение помады делает цвет губ интенсивнее и устойчивее.

Макияж губ, исполненный только контурным карандашом. Краска контура равномерно растирается внутрь на губы

Почему так важен контурный карандаш?

● В первую очередь потому, что он придает губам форму и не позволяет помаде расползаться по краям. Если кожа вокруг рта не совсем гладкая, контуры надо прорисовать с особенной тщательностью, независимо от того, чем вы будете закрашивать потом губы — помадой, блеском или всего лишь кремом. А чтобы контуры не выглядели жесткой линией, ее растирают внутрь ватной палочкой.

При помощи контурного карандаша можно слегка смошенничать, если вам хочется откорректировать форму губ (подробнее об этом читайте на стр. 90, 91).

Контурный карандаш должен быть того же цвета, что и губная помада, или чуть потемнее.

Помада помаде рознь

● Помады состоят из масел (например, авокадо или касторового масла), мастики (ланолин) и красителей (как правило, красители синтетические). Пропорции этих составных частей определяют свойства помады.

● Кремообразные матовые помады имеют самый высокий процент красителей (около 10%), поэтому они хорошо покрывают губы и хорошо держатся.

● У губного блеска доля красителей процентов на 5—8 ниже, а доля масел соответственно выше. Поэтому он блестящий и прозрачный.

● Помады с перламутром содержат синтетическую слюду и много ланолина.

Варианты классической губной помады — крем-блеск и губная пудра.

● Крем-блеск придает губам глянец. Обеспечивает его в первую очередь ланолин, которого там содержится примерно 45%. Блеск может быть как бесцветным, так и цветным. Можно пользоваться им одним или наносить его поверх накрашенных губ. Блеск из баночки берут и наносят пальцем, блеск из патрона — аппликатором.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Чтобы накрашенные губы сделать благородно-матовыми, на сомкнутые губы наклеивают бумажную салфетку в один слой и обильно припудривают поверх нее. Салфетка действует как сито: она пропускает ровно столько пудры, сколько нужно, чтобы сделать помаду матовой и зафиксировать ее.

● Губная пудра выглядит как тени для век и наносится так же, как тени, поролоновым аппликатором. Губная пудра почти не содержит жира, поэтому довольно долго держится на губах, но в качестве гигиенического средства не так хороша. При очень сухих губах лучше отказаться от губной пудры или перед ее нанесением использовать смягчающий бальзам.

● Контурный карандаш состоит из спрессованной в стержень губной помады с высоким содержанием красящего вещества. Он примерно такой же жесткости, как и карандаш для кайала, и его можно затачивать.

Как найти свой цвет помады?

● Выбор цвета зависит не только от направления моды. Он должен соответствовать вашему цветовому типу (см. стр. 100) и наряду. Основное правило: при холодном освещении (зимнее небо, голубоватый неоновый свет) будьте осторожны с голубоватыми оттенками, а при теплом свете (свечи, желтый свет ламп накаливания) будьте осторожны с оранжевыми и коричневыми тонами.

Играет свою роль при выборе цвета и форма губ. Светлые, блестящие тона зрительно увеличивают губы, тогда как темные приуменьшают их.

И еще кое-что: если зубы от природы имеют желтоватый оттенок, они кажутся еще желтее между губами, выкрашенными в коричневатый или желтовато-красный цвет. Поэтому в таком случае лучше выбирать голубоватые не очень темные оттенки красного.

● Кто решился на сильный макияж глаз, должен подкрашивать губы скорее сдержанно. И, наоборот,

Если губная помада должна хорошо держаться и выглядеть изысканно:

1. *Сначала нужно нанести на губы тонкий слой грунтовки.*

2. *Контурным карандашом прорисовать очертания губ: по верхней губе от середины в обе стороны, а по нижней от левого угла губ до правого.*

3. *Есть еще одна возможность: накрасить губы лишь контурным карандашом (см. также стр. 49).*

4. *Слева направо: типичные цвета помады для весеннего, летнего, осеннего и зимнего типа (подробнее об этом читайте на стр. 100). Соответствие цвета помады вашему типу гораздо важнее, чем его «модность»!*

5. *Кисточку для губ используйте всякий раз, когда губной макияж должен быть особенно изысканным и держаться долго. Кисточкой можно точнее заполнить обведенные контурным карандашом очертания и лучше дозировать помаду.*

6. *Губной блеск, который наносят пальцем, удобен в спортивной обстановке и на скорую руку.*

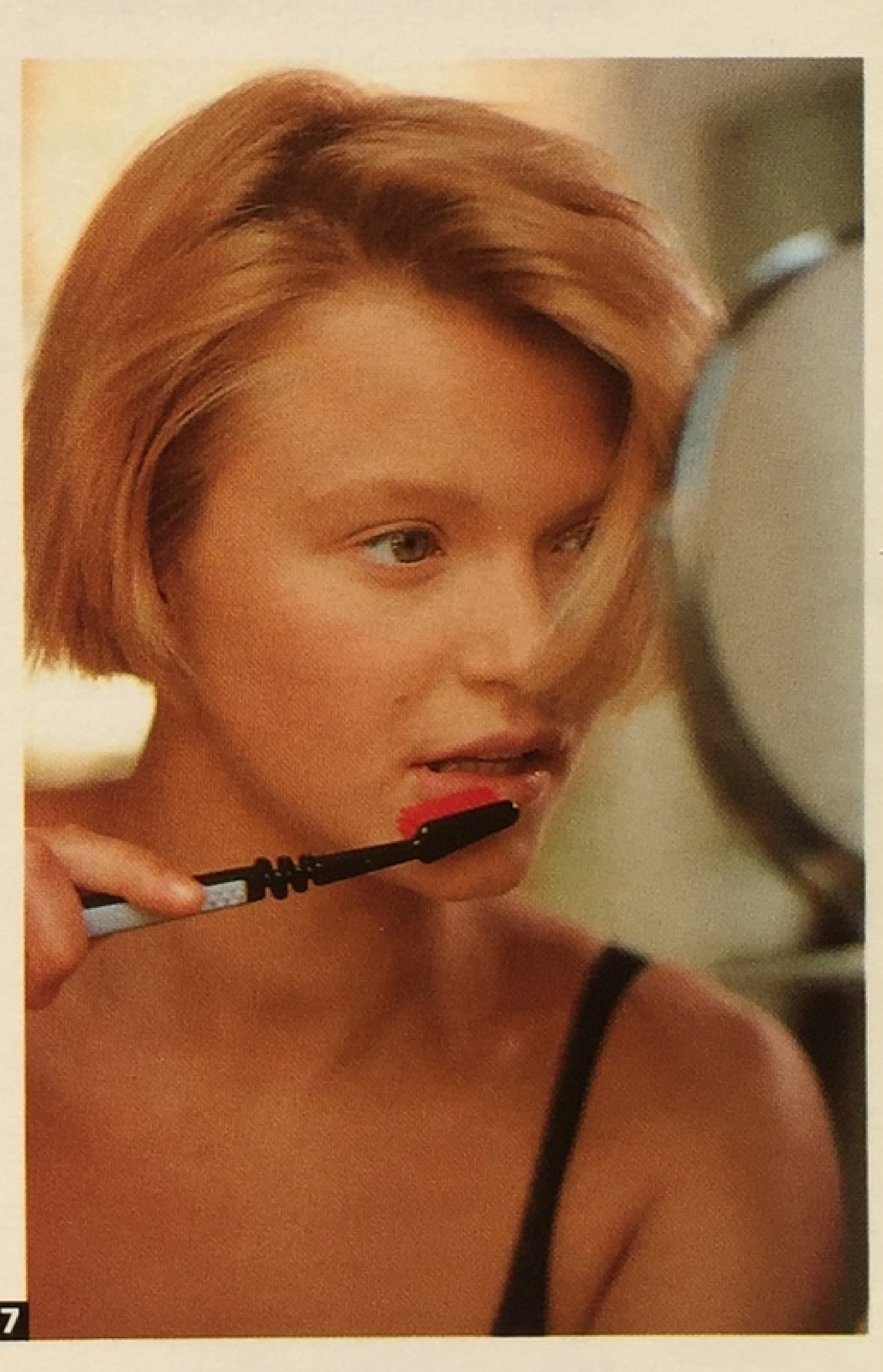
7. *Рекомендуем: после того, как почистите зубы, нежно промассируйте губы зубной щеткой. Это сделает их розовыми и мягкими.*

1

4



6



7

2

3

5

Варианты классической губной помады — крем-блеск и губная пудра.

● Крем-блеск придает губам глянец. Обеспечивает его в первую очередь ланолин, которого там содержится примерно 45%. Блеск может быть как бесцветным, так и цветным. Можно пользоваться им одним или наносить его поверх накрашенных губ. Блеск из баночки берут и наносят пальцем, блеск из патрона — аппликатором.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Чтобы накрашенные губы сделать благородно-матовыми, на сомкнутые губы наклеивают бумажную салфетку в один слой и обильно припудривают поверх нее. Салфетка действует как сито: она пропускает ровно столько пудры, сколько нужно, чтобы сделать помаду матовой и зафиксировать ее.

● Губная пудра выглядит как тени для век и наносится так же, как тени, поролоновым аппликатором. Губная пудра почти не содержит жира, поэтому довольно долго держится на губах, но в качестве гигиенического средства не так хороша. При очень сухих губах лучше отказаться от губной пудры или перед ее нанесением использовать смягчающий бальзам.

● Контурный карандаш состоит из спрессованной в стержень губной помады с высоким содержанием красящего вещества. Он примерно такой же жесткости, как и карандаш для кайала, и его можно затачивать.

Как найти свой цвет помады?

● Выбор цвета зависит не только от направления моды. Он должен соответствовать вашему цветовому типу (см. стр. 100) и наряду. Основное правило: при холодном освещении (зимнее небо, голубоватый неоновый свет) будьте осторожны с голубоватыми оттенками, а при теплом свете (свечи, желтый свет ламп накаливания) будьте осторожны с оранжевыми и коричневыми тонами.

Играет свою роль при выборе цвета и форма губ. Светлые, блестящие тона зрительно увеличивают губы, тогда как темные приуменьшают их.

И еще кое-что: если зубы от природы имеют желтоватый оттенок, они кажутся еще желтее между губами, выкрашенными в коричневатый или желто-вато-красный цвет. Поэтому в таком случае лучше выбирать голубоватые не очень темные оттенки красного.

● Кто решился на сильный макияж глаз, должен подкрашивать губы скорее сдержанно. И, наоборот,

Если губная помада должна хорошо держаться и выглядеть изысканно:

1. Сначала нужно нанести на губы тонкий слой грунтовки.

2. Контурным карандашом прорисовать очертания губ: по верхней губе от середины в обе стороны, а по нижней от левого угла губ до правого.

3. Есть еще одна возможность: накрасить губы лишь контурным карандашом (см. также стр. 49).

4. Слева направо: типичные цвета помады для весеннего, летнего, осеннего и зимнего типа (подробнее об этом читайте на стр. 100). Соответствие цвета помады вашему типу гораздо важнее, чем его «модность»!

5. Кисточку для губ используйте всякий раз, когда губной макияж должен быть особенно изысканным и держаться долго. Кисточкой можно точнее заполнить обведенные контурным карандашом очертания и лучше дозировать помаду.

6. Губной блеск, который наносят пальцем, удобен в спортивной обстановке и на скорую руку.

7. Рекомендуем: после того, как почистите зубы, нежно промассируйте губы зубной щеткой. Это сделает их розовыми и мягкими.


1


4


6

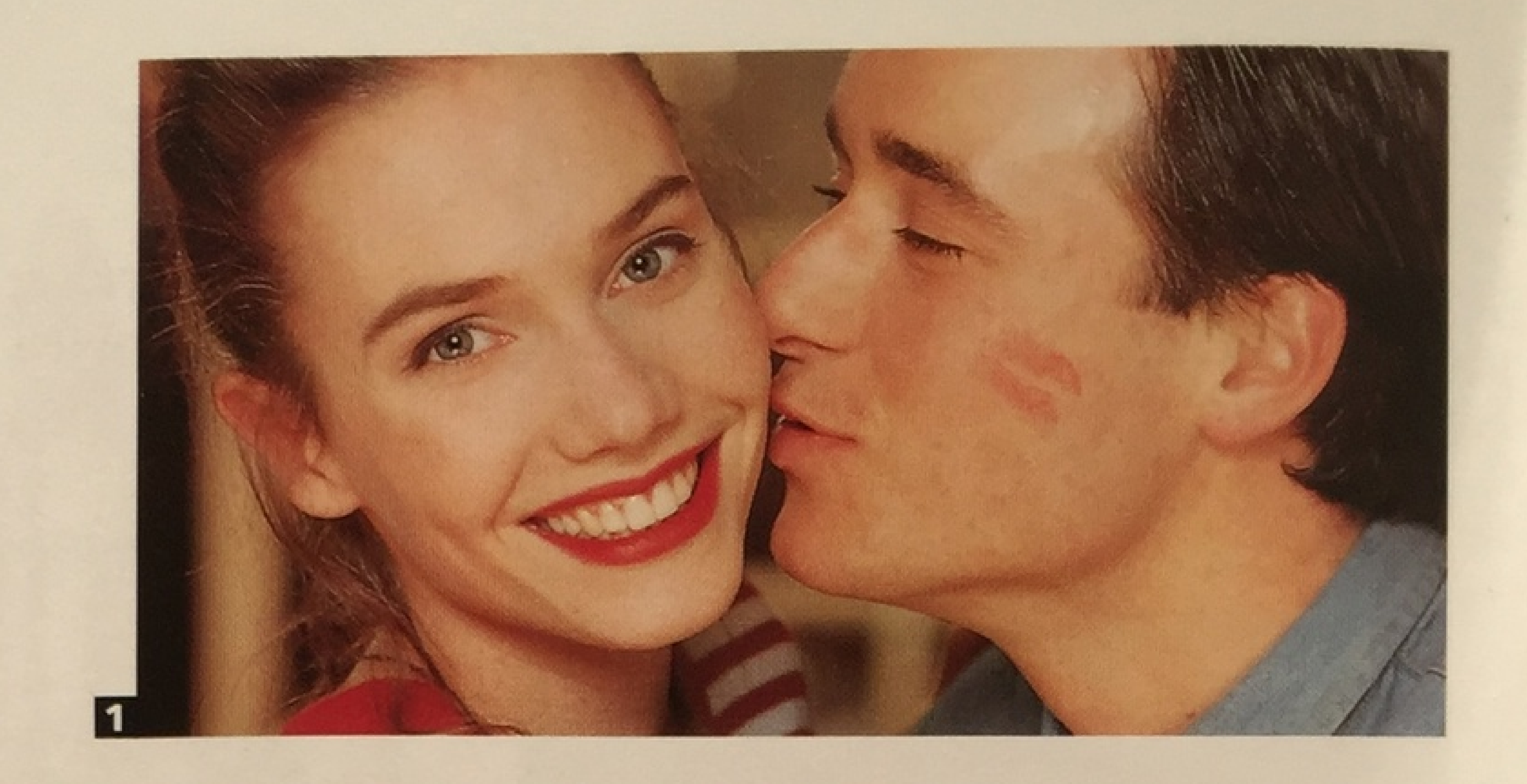

2


3


5


7

если губы имеют ярко-красный сигнальный тон, то косметика глаз должна быть приглушенной. Подчеркивание губ и глаз с одинаковой силой выглядит неестественно.



Как производится губная помада?

● Смешивают масла, порошкообразные красители и растопленную мастику, заливают в форму и после охлаждения вставляют в гильзы.

Не вредно ли «съедать» помаду?

● Все составные вещества губной помады подчиняются предписаниям косметических законов, по которым использоваться могут лишь субстанции, прошедшие испытания. Например, краситель эозин, ранее применявшийся в губной помаде, теперь запрещен из-за присутствия ядовитых тяжелых металлов. Масла и вяжущие вещества, применяемые в производстве губной помады, являются натуральным сырьем без использования химических веществ. Губная помада весит, как правило, 5 граммов. Кто красит губы трижды в день, «съедает» ежедневно около 16 мг помады. По мнению исследователей, эта доза не может причинить здоровью какого-либо заметного вреда.

3

2

4

1. *Кто не хочет, чтобы помада оставляла следы (не только на щеках мужчин, но и на стаканах, чашках и салфетках), должен красить губы контурным карандашом, губной пудрой или обезжиренной губной помадой, которая к тому же сверху еще и припудривается.*

2. *Губной макияж в стиле 60-х годов — для тех, кто любит экспериментировать. Губы смазывают кремом, промокают, контур прорисовывают коричнево-серым карандашом для бровей и растирают ватной палочкой. Поверхность губ закрашивают светлой помадой.*

3. *Губной макияж с сильным перламутровым эффектом. Можно рекомендовать его только для гладких губ без морщинок по краям, ибо перламутр подчеркивает все изъяны, тогда как легкий жирный глянец, напротив, сглаживает их. Также при сильном загаре перламутровая помада делает лицо слишком жестким и ненатуральным.*

4. *Слева направо: блеск для губ в патроне. Цвета разных слоев смешиваются, когда аппликатор вынимают. Губная помада в выворачивающейся гильзе с косо срезанной красящей поверхностью — это практично при прямом нанесении на ходу, когда под рукой нет кисточки. Контурный карандаш в люксовом исполнении с выворачивающимся стержнем, и рядом — деревянный. Классическая губная помада. Для сумочки существуют также мини-форматы.*

Татуировка губ — имеет ли смысл?

● Визажисты и некоторые косметички практикуют эту технику, которая на длительное время придает губам контуры и экономит время ежедневного подкрашивания.
При татуировке в кожу вводятся растительные пигменты. Эта операция оправдана прежде всего в тех случаях, когда губы лишены четкого контура, «разлохмачены». Но процедура эта болезненная и не дешевая. Чтобы она завершилась удачей, лучше обратиться к эксперту. Цвет губ и татуированного контура должны так гармонировать друг с другом, чтобы и ненакрашенные губы выглядели натурально.

Что делать при появлении мелких морщинок у губ?

● С годами они появляются у всех, поскольку этот участок лица пребывает в постоянном движении. Профилактикой здесь может послужить регулярное расслабление мускулатуры лица. Но если морщинки уже появились, есть три возможности немного разгладить их. Химическая очистка (обдирание) кожи, когда верхние слои кожи сносятся и морщинки убираются. Похожее, но более сильное действие производит механическое сошлифовывание. При впрыскивании коллагенов заполняется подкожное пространство. Ни один из этих методов не обходится без риска и ни один не имеет достаточно длительного действия. Важно лишь — независимо от того, какой из методов вы выберете — обратиться к врачу-специалисту. Как правило, это дерматолог.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Если у вас круглое лицо, вам лучше не прорисовывать изогнутые контуры губ, вы должны предпочесть прямые, ясные линии. Узкое и худое лицо, напротив, кажется женственнее, если губы хорошо прокрашены и блестят.

Что делать при сухих шершавых губах?

● Губная помада хорошо выглядит лишь на гладких губах. Если солнце, холод, горячий воздух или болезнь сделали ваши губы шершавыми, надо смазывать их медом или наносить гигиеническую помаду. Не облизывайте шершавые губы, это дополнительно высушивает их. Кто все же хочет накрасить потрескавшиеся губы, лучше взять цветной блеск для губ или помаду, которая содержит увлажняющие субстанции. Важно: губы, склонные к шелушению, надо защищать на солнце светозащитной помадой, а в холод обильно смазывать кремом.

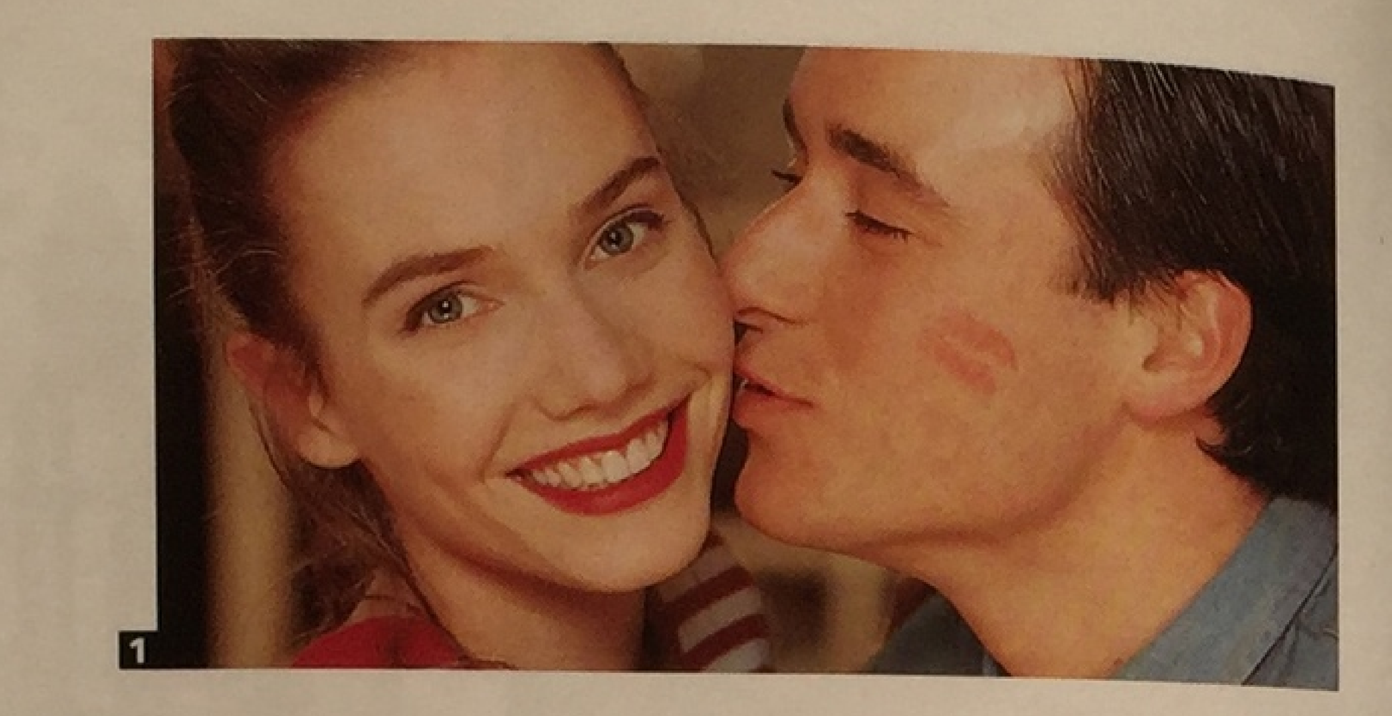
если губы имеют ярко-красный сигнальный тон, то косметика глаз должна быть приглушенной. Подчеркивание губ и глаз с одинаковой силой выглядит неестественно.

Как производится губная помада?

● Смешивают масла, порошкообразные красители и растопленную мастику, заливают в форму и после охлаждения вставляют в гильзы.

Не вредно ли «съедать» помаду?

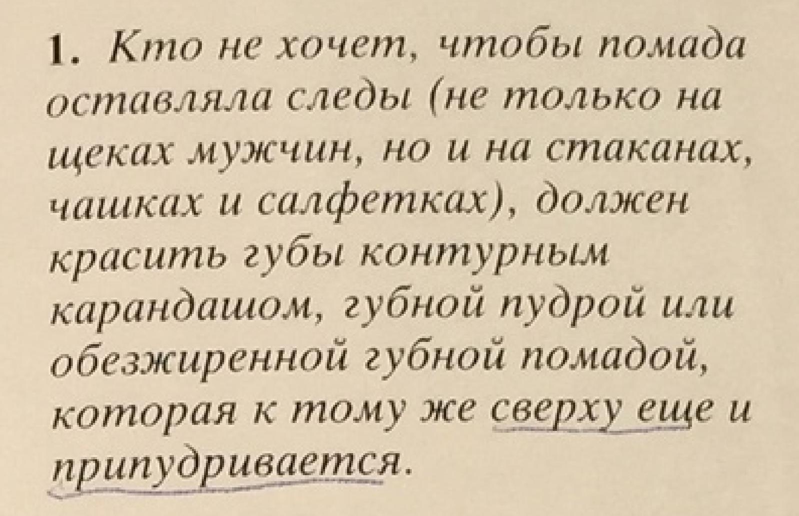
● Все составные вещества губной помады подчиняются предписаниям косметических законов, по которым использоваться могут лишь субстанции, прошедшие испытания. Например, краситель эозин, ранее применявшийся в губной помаде, теперь запрещен из-за присутствия ядовитых тяжелых металлов. Масла и вяжущие вещества, применяемые в производстве губной помады, являются натуральным сырьем без использования химических веществ. Губная помада весит, как правило, 5 граммов. Кто красит губы трижды в день, «съедает» ежедневно около 16 мг помады. По мнению исследователей, эта доза не может причинить здоровью какого-либо заметного вреда.



1



2



3





4

1. *Кто не хочет, чтобы помада оставляла следы (не только на щеках мужчин, но и на стаканах, чашках и салфетках), должен красить губы контурным карандашом, губной пудрой или обезжиренной губной помадой, которая к тому же сверху еще и припудривается.*

2. *Губной макияж в стиле 60-х годов — для тех, кто любит экспериментировать. Губы смазывают кремом, промокают, контур прорисовывают коричнево-серым карандашом для бровей и растирают ватной палочкой. Поверхность губ закрашивают светлой помадой.*

3. *Губной макияж с сильным перламутровым эффектом. Можно рекомендовать его только для гладких губ без морщинок по краям, ибо перламутр подчеркивает все изъяны, тогда как легкий жирный глянец, напротив, сглаживает их. Также при сильном загаре перламутровая помада делает лицо слишком жестким и ненатуральным.*

4. *Слева направо: блеск для губ в патроне. Цвета разных слоев смешиваются, когда аппликатор вынимают. Губная помада в выворачивающейся гильзе с косо срезанной красящей поверхностью — это практично при прямом нанесении на ходу, когда под рукой нет кисточки. Контурный карандаш в люксовом исполнении с выворачивающимся стержнем, и рядом — деревянный. Классическая губная помада. Для сумочки существуют также мини-форматы.*

Татуировка губ — имеет ли смысл?

● Визажисты и некоторые косметички практикуют эту технику, которая на длительное время придает губам контуры и экономит время ежедневного подкрашивания.
При татуировке в кожу вводятся растительные пигменты. Эта операция оправдана прежде всего в тех случаях, когда губы лишены четкого контура, «разлохмачены». Но процедура эта болезненная и не дешевая. Чтобы она завершилась удачей, лучше обратиться к эксперту. Цвет губ и татуированного контура должны так гармонировать друг с другом, чтобы и ненакрашенные губы выглядели натурально.

Что делать при появлении мелких морщинок у губ?

● С годами они появляются у всех, поскольку этот участок лица пребывает в постоянном движении. Профилактикой здесь может послужить регулярное расслабление мускулатуры лица. Но если морщинки уже появились, есть три возможности немного разгладить их. Химическая очистка (обдирание) кожи, когда верхние слои кожи сносятся и морщинки убираются. Похожее, но более сильное действие производит механическое сошлифовывание. При впрыскивании коллагенов заполняется подкожное пространство. Ни один из этих методов не обходится без риска и ни один не имеет достаточно длительного действия. Важно лишь — независимо от того, какой из методов вы выберете — обратиться к врачу-специалисту. Как правило, это дерматолог.

СОВЕТ ПРОФЕССИОНАЛА

Если у вас круглое лицо, вам лучше не прорисовывать изогнутые контуры губ, вы должны предпочесть прямые, ясные линии. Узкое и худое лицо, напротив, кажется женственнее, если губы хорошо прокрашены и блестят.

Что делать при сухих шершавых губах?

● Губная помада хорошо выглядит лишь на гладких губах. Если солнце, холод, горячий воздух или болезнь сделали ваши губы шершавыми, надо смазывать их медом или наносить гигиеническую помаду. Не облизывайте шершавые губы, это дополнительно высушивает их. Кто все же хочет накрасить потрескавшиеся губы, лучше взять цветной блеск для губ или помаду, которая содержит увлажняющие субстанции. Важно: губы, склонные к шелушению, надо защищать на солнце светозащитной помадой, а в холод обильно смазывать кремом.



ВТОРАЯ ГЛАВА

Макияж шаг за шагом

- Красиво и натурально
- Удобно для работы
- Специально для вечернего выхода
- Макияж на скорую руку





НАТУРАЛЬНЫЙ МАКИЯЖ

Лишь подчеркнуть то, что дано от природы

Натуральность нужна и при макияже. Если вы придерживаетесь своего естественного типа, вы будете избегать красок и эффектов, которые сделают ваше лицо чужеродным, по крайней мере в повседневности. Но, конечно же, каждой женщине когда-нибудь захочется поэкспериментировать над собой (указания для этого вы найдете на стр. 60)

Макияж на снимке слева может носить любая женщина — независимо от типа и возраста. Он украшает ее, нежно подчеркивая то, что дано ей от природы: ухоженную кожу, лучистые глаза, охотно улыбающиеся губы (руководство шаг за шагом см. на следующих страницах)

1. *Нанести на лицо и шею увлажняющий крем. Смазать и веки, стараясь, однако, чтобы на ресницы попало как можно меньше жира.*

2. *Увлажнить губку из латекса и затем хорошо отжать ее о полотенце. Нанести на середину губки жидкую грунтовку, подходящую по цвету вашей коже. Согнуть губку пополам, чтобы грунтовка проникла в ее поры. (Если губку не увлажнить, грунтовка не распределится равномерно и не будет прозрачной.)*

3. *Теперь промокать этой губкой кожу лица, пока все оно не покроется равномерным слоем. Все углубления (ямку на подбородке, за крыльями носа, глазницы) обработать особенно тщательно. В направлении подбородка и ушей наносить краски поменьше и лучше растирать ее.*

4. *Взять кончиками пальцев немного румян из баночки, прикоснуться к щекам и растереть косо в направлении к ушам.*

5. *Немного румян нанести на скулы пониже бровей, по бокам лба и на подбородок — и хорошо растереть.*

6. *Переходы от румян к грунтовке еще раз осторожно промокнуть губкой, чтобы они стали незаметными. При этом не растирать, но лишь прижимать губку к коже.*


1


2


3


4


5


6

7. *Если кожа слишком блестит, середину лица (лоб, нос, подбородок) сделать матовыми при помощи бесцветной прозрачной пудры. При этом пользоваться толстой кистью и набирать совсем немного пудры, чтобы придать лишь матовость, не больше.*

8. *Контурировать глаза кайалом нейтрального цвета — коричневым или серым. Холодному цветовому типу к лицу серый, теплому лучше коричневый (см. также стр. 100). Тянуть штрих от середины века, причем на верхнем веке черта становится шире наружу. В уголке глаза обе черты должны соединиться.*

9. *Кайал на верхнем веке слегка растереть аппликатором.*

10. *Покрасить ресницы — в зависимости от типа — черной или темно-коричневой маскарой, причем на внешней стороне накладывать тушь обильнее.*

11. *Для особенно натурального макияжа бровей щеточку от маскары осторожно обтереть о бумагу и слегка провести ею по бровям. Сперва параллельно направлению роста, затем снизу вверх. Краска должна коснуться лишь волосков, но не кожи.*

12. *Нанести губную помаду, чтобы она была ни слишком бледной, ни слишком сильной, а оттеняла натуральный цвет губ.*


7


8


9


10


11

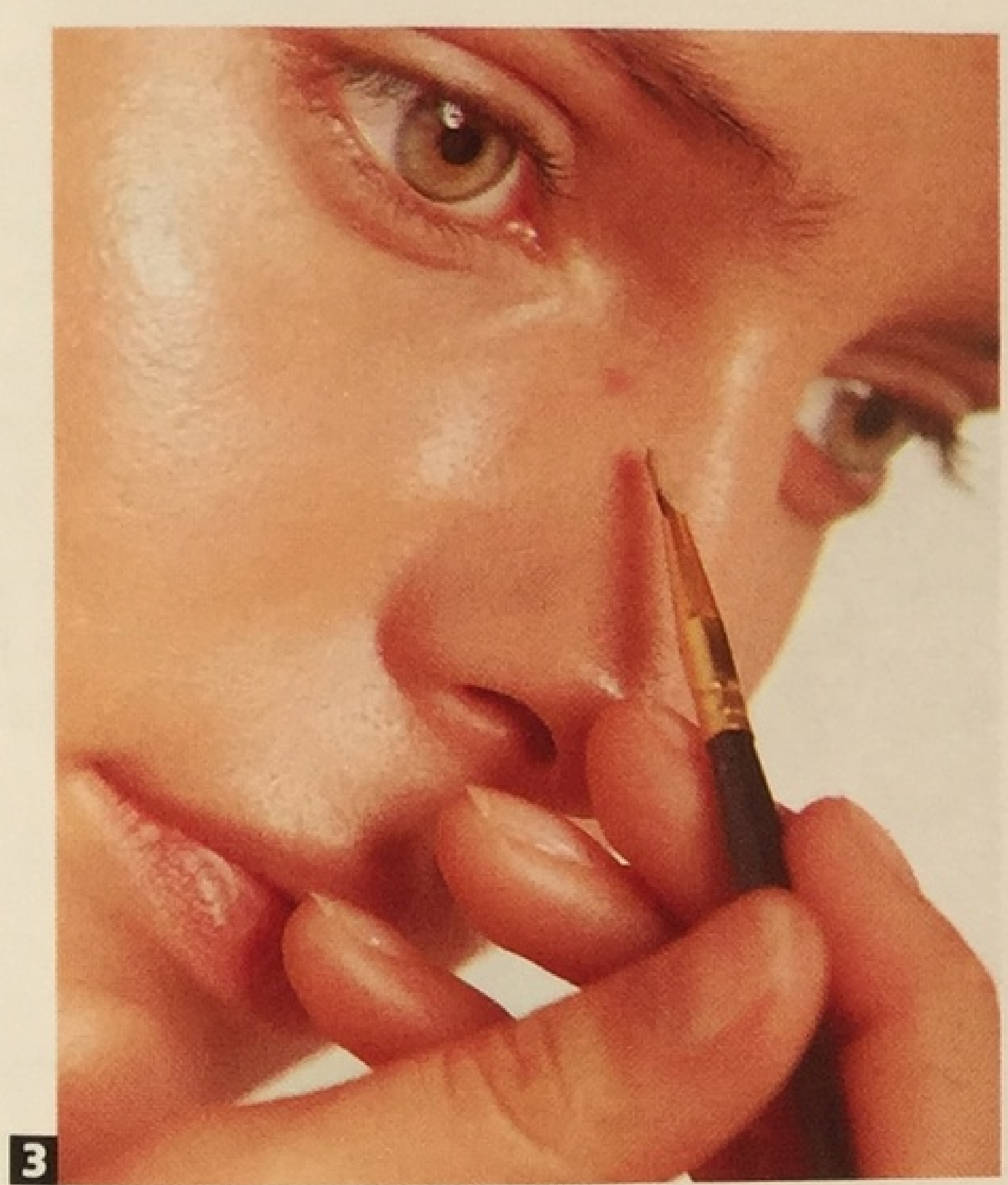

12

ВЕЧЕРНИЙ МАКИЯЖ















Покажите, как вы можете! преобразиться

Модно и в то же время неизменно во все времена: макияж, подходящий к вечернему наряду. Для женщин, которым иногда хочется произвести впечатление

1. *Освежите утомленные черты лица: смазанную кремом кожу слегка спрысните водой из пульверизатора.*

2. *Нанесите компактную грунтовку. Цвет может быть посветлее, чем днем. Это выглядит более «драматично». И светлый тон больше подходит для выравнивания шеи и области декольте. Наносить грунтовку маленькими порциями сухой губкой, слегка прижимая ее к коже. Губы и веки тоже загрунтовать. Переходы к шее и ушам тщательно растереть.*

3. *Прыщики и пятнышки, если они все еще просвечивают, замажьте компактной грунтовкой или специальным покрывающим кремом.*

4. *Сантиметр за сантиметром пуховкой нанесите на лицо прозрачную пудру. Особенно тщательно — вокруг крыльев носа.*

5. *Специальный эффект для бровей: изнутри подкрасить, по краям удлинить.*

6. *Под лицевой костью щеки косо к вискам нанесите кистью румяна-пудру (см. стр. 30).*

7. *Если лицо нужно слегка смоделировать (например, сделать поуже), нанесите пониже румян коричневатую пудру. Чтобы румяна и пудра переходили из одного цвета в другой «бесшовно», а также чтобы не возникло границы перехода к светлой коже, все вместе обмахнуть чистой кистью.*

8. *Виски, подбородок и — в зависимости от наряда — шею и декольте слегка подрумянить коричневатым тоном.*

9. *Все подрумяненные места приглушите прозрачной пудрой, чтобы цвет был мягче, а переходы незаметны. Шею и декольте перед нанесением румян слегка припудрите.*

10. *Макияж глаз: загрунтовать веко до складки светлой грунтовкой.*

11. *Нанести темные (серые или коричневые) тени. Сперва вести линию вдоль края верхнего века, затем у наружного угла глаза повернуть назад и вести почти до внутреннего уголка глаза. Внимание: чем сильнее акцент продвигается во внутреннюю сторону, тем ближе друг к другу кажутся поставленными глаза. И наоборот: смещение акцента наружу «раздвигает» глаза.*

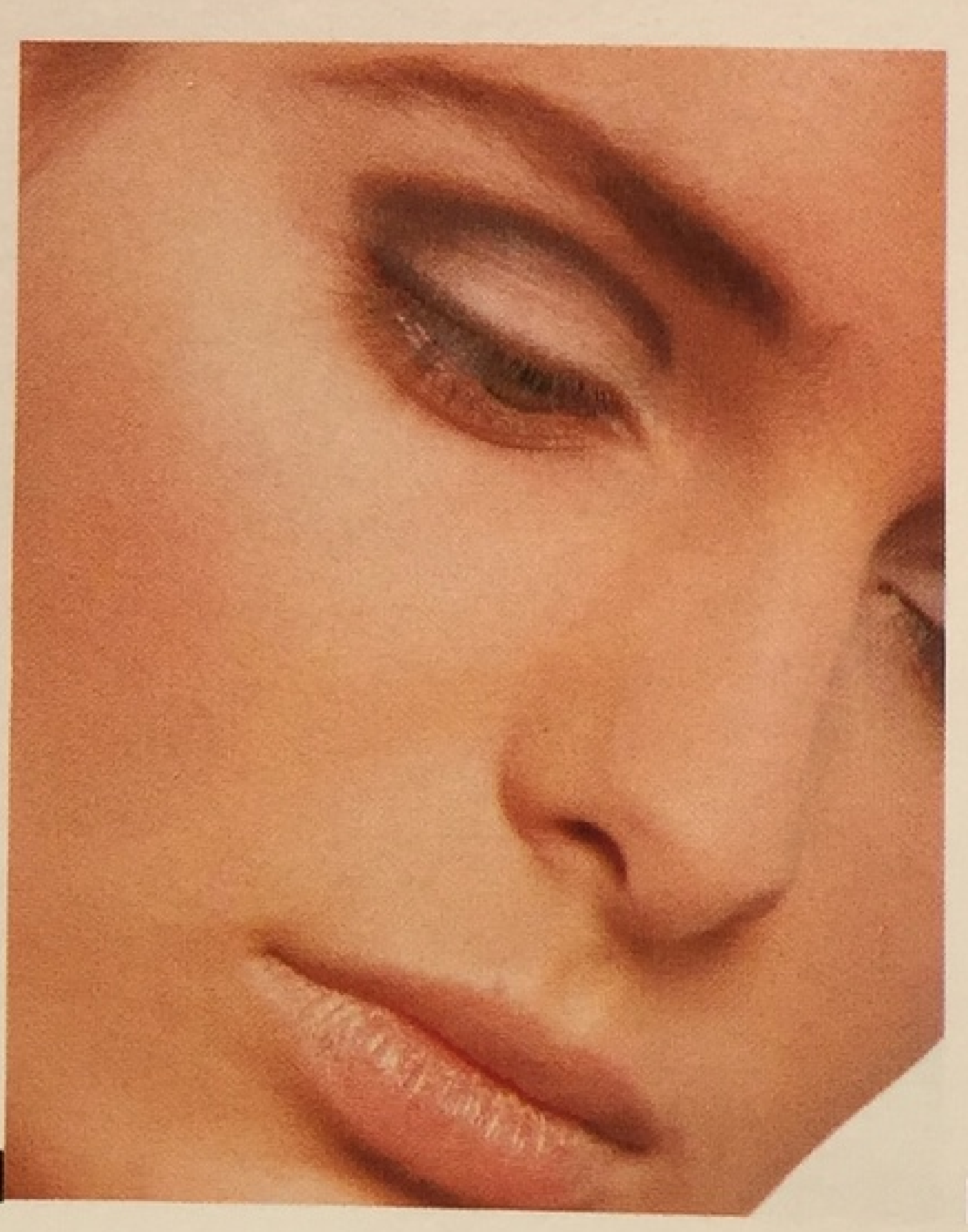
12. *На незакрашенную поверхность века между его краем и складкой нанесите второй цвет (очень драматично: ночная синева). Краски аккуратно растереть.*


7


8


9


10


11

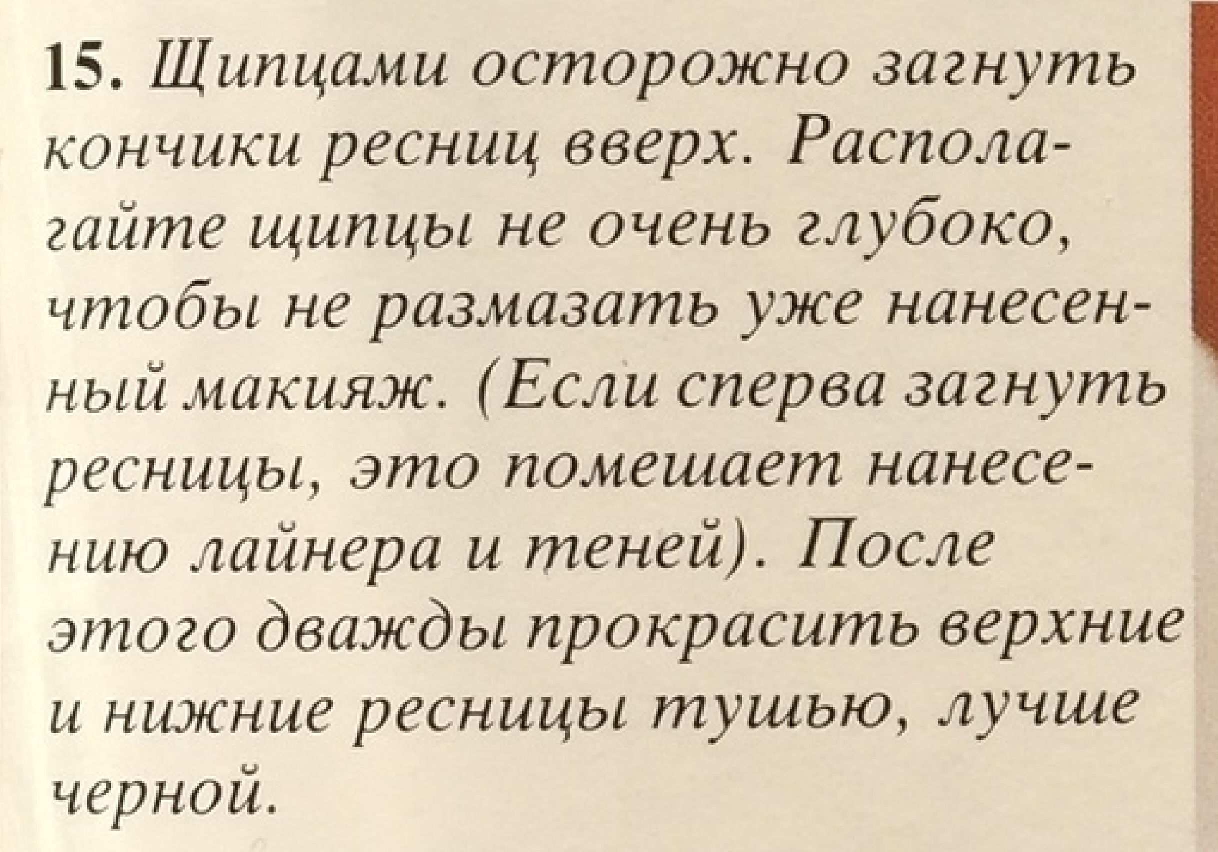

12

13. *Слегка оттенить и нижнее веко. К наружному углу глаза сделать черту пошире и довести ее до тени верхнего века.*

14. *По краю верхнего века у основания ресниц провести черту жидким лайнером. Тонкую или потолще — это зависит от формы века: на просторном веке черта может к наружному углу глаза достичь и 4 мм ширины, а затем заостренно свестись на нет. На маленьком же веке рисуют тонкую черту и начинают ее лишь от середины века.*







15. *Щипцами осторожно загнуть кончики ресниц вверх. Располагайте щипцы не очень глубоко, чтобы не размазать уже нанесенный макияж. (Если сперва загнуть ресницы, это помешает нанесению лайнера и теней). После этого дважды прокрасить верхние и нижние ресницы тушью, лучше черной.*

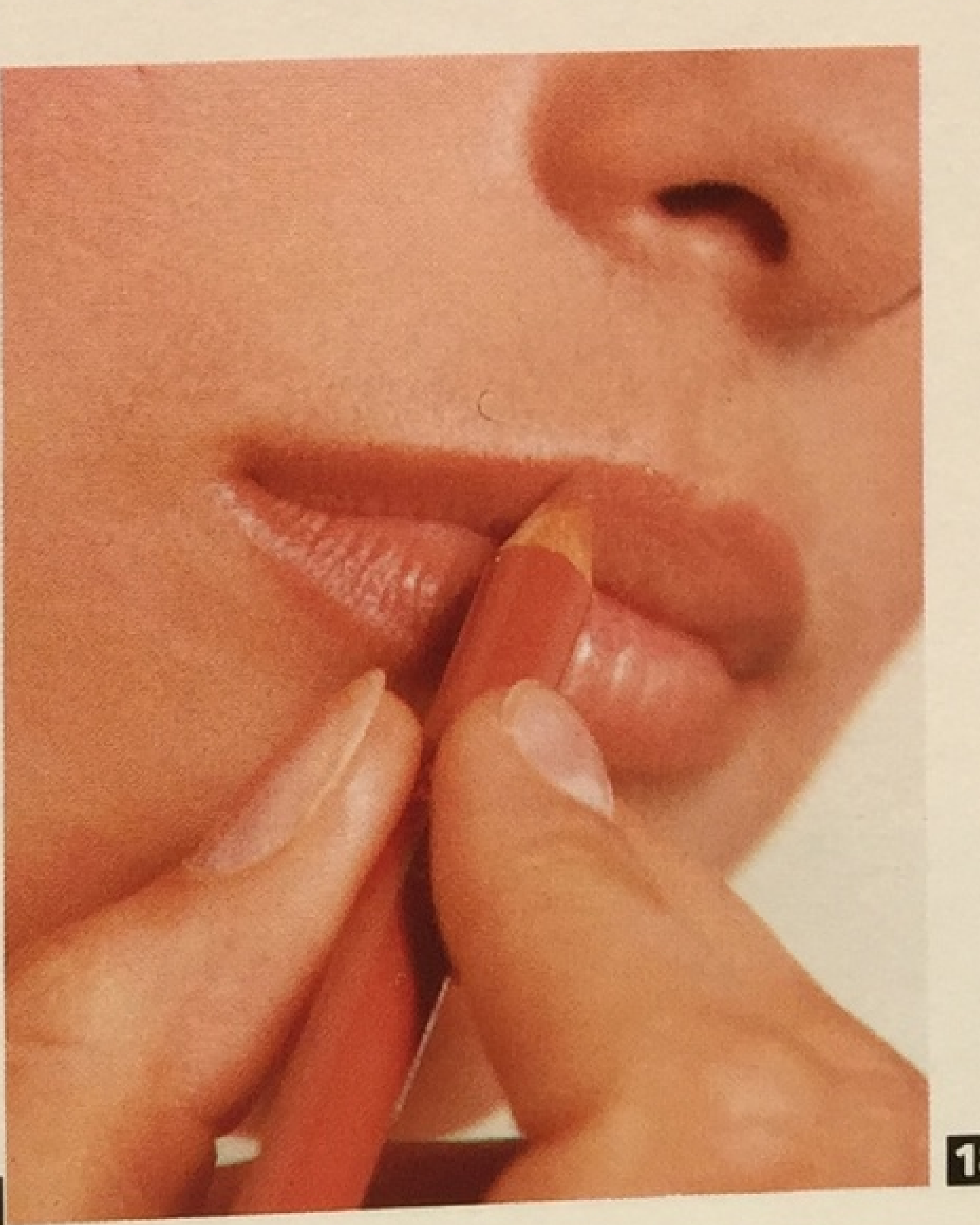
16. *На верхнее веко наклеить дватри кустика накладных ресниц. Реснички макнуть в клей и при помощи пинцета поместить на нужное место.*





17. *Контурным карандашом прорисовать края губ.*

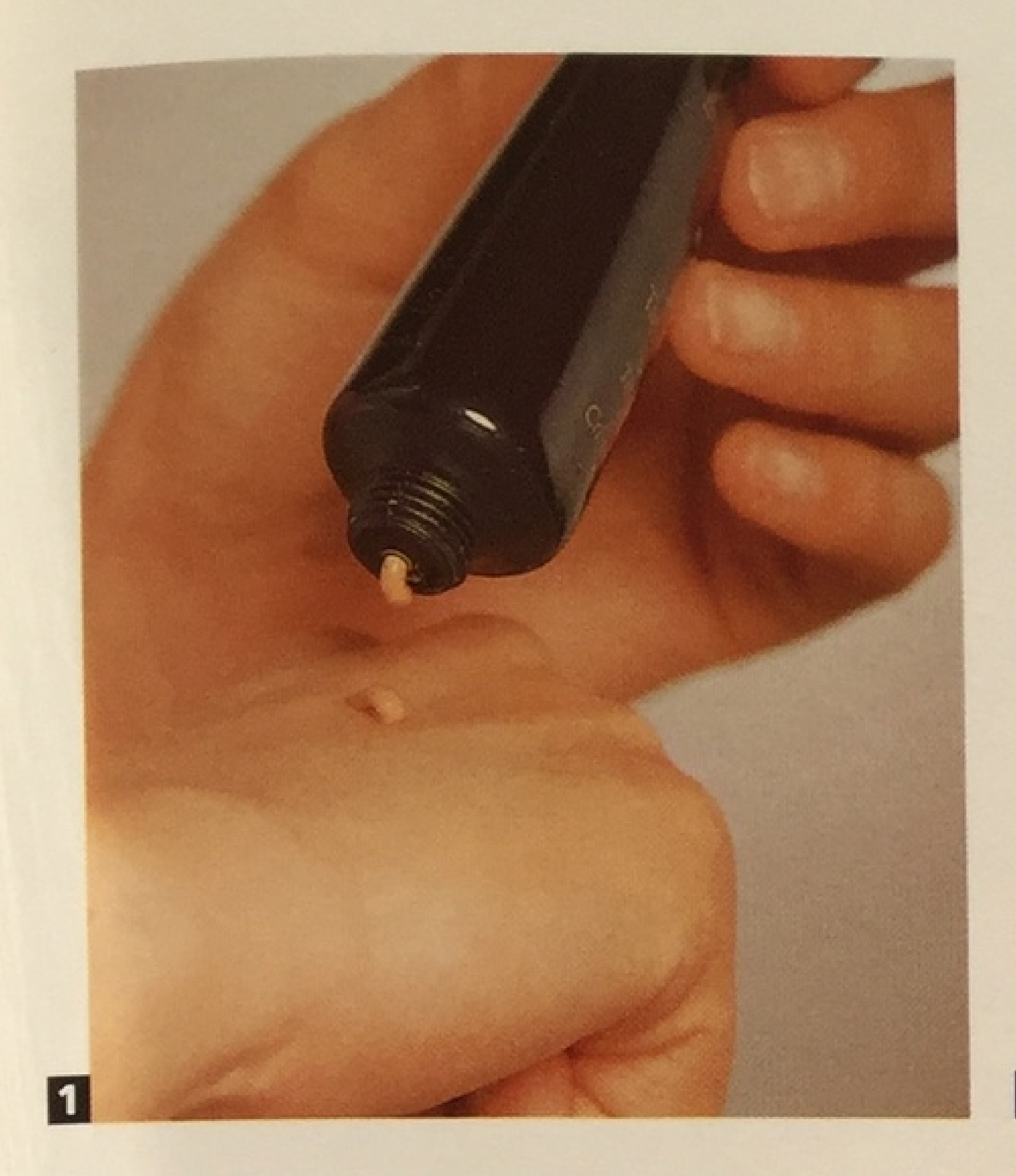
18. *Кисточкой тщательно нанесите губную помаду, затем промокните бумажной салфеткой и все повторите. Губная помада должна подходить к румянам и быть достаточно сильной, но не слишком конкурировать с макияжем глаз.*





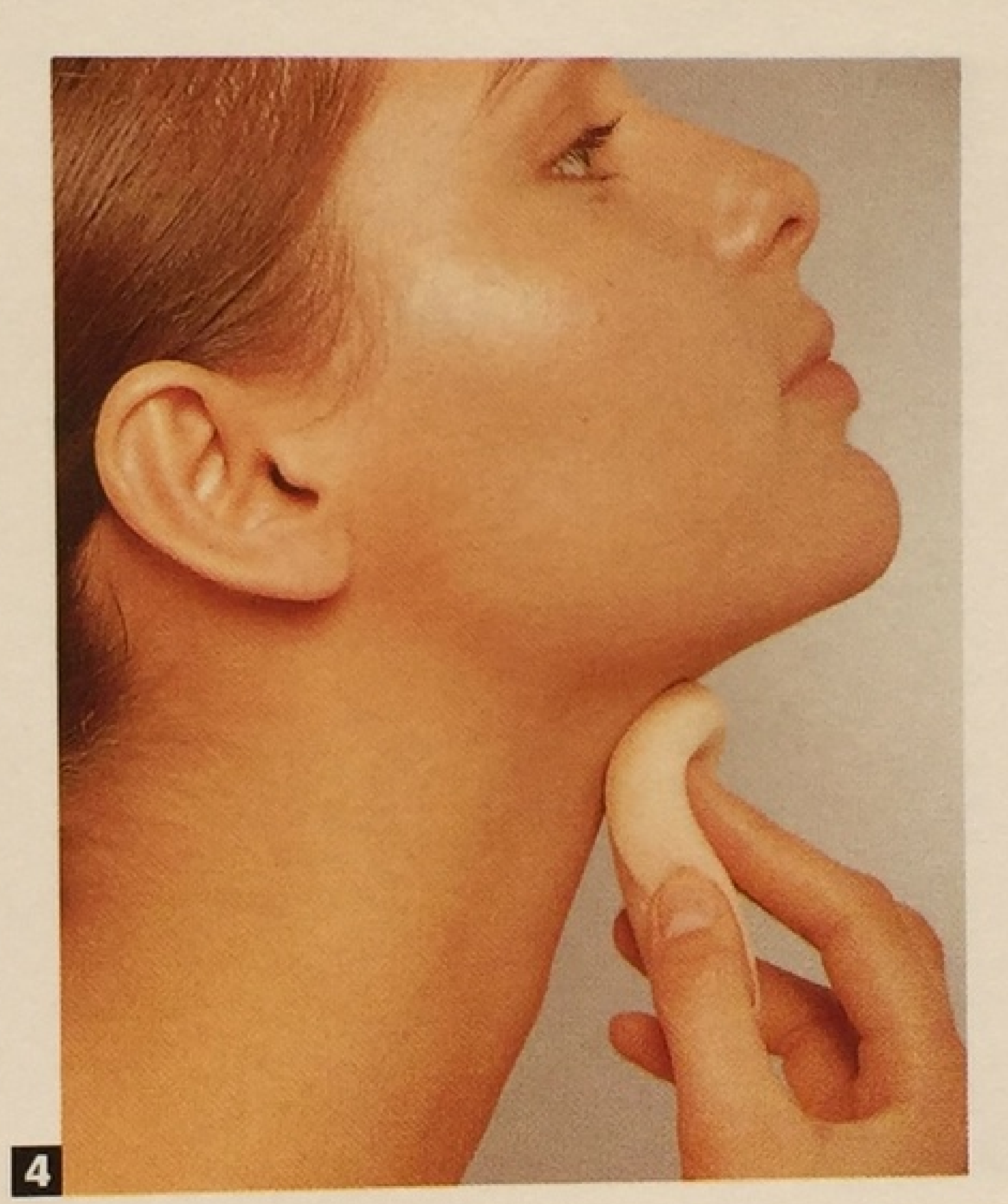
ДЕЛОВОЙ МАКИЯЖ

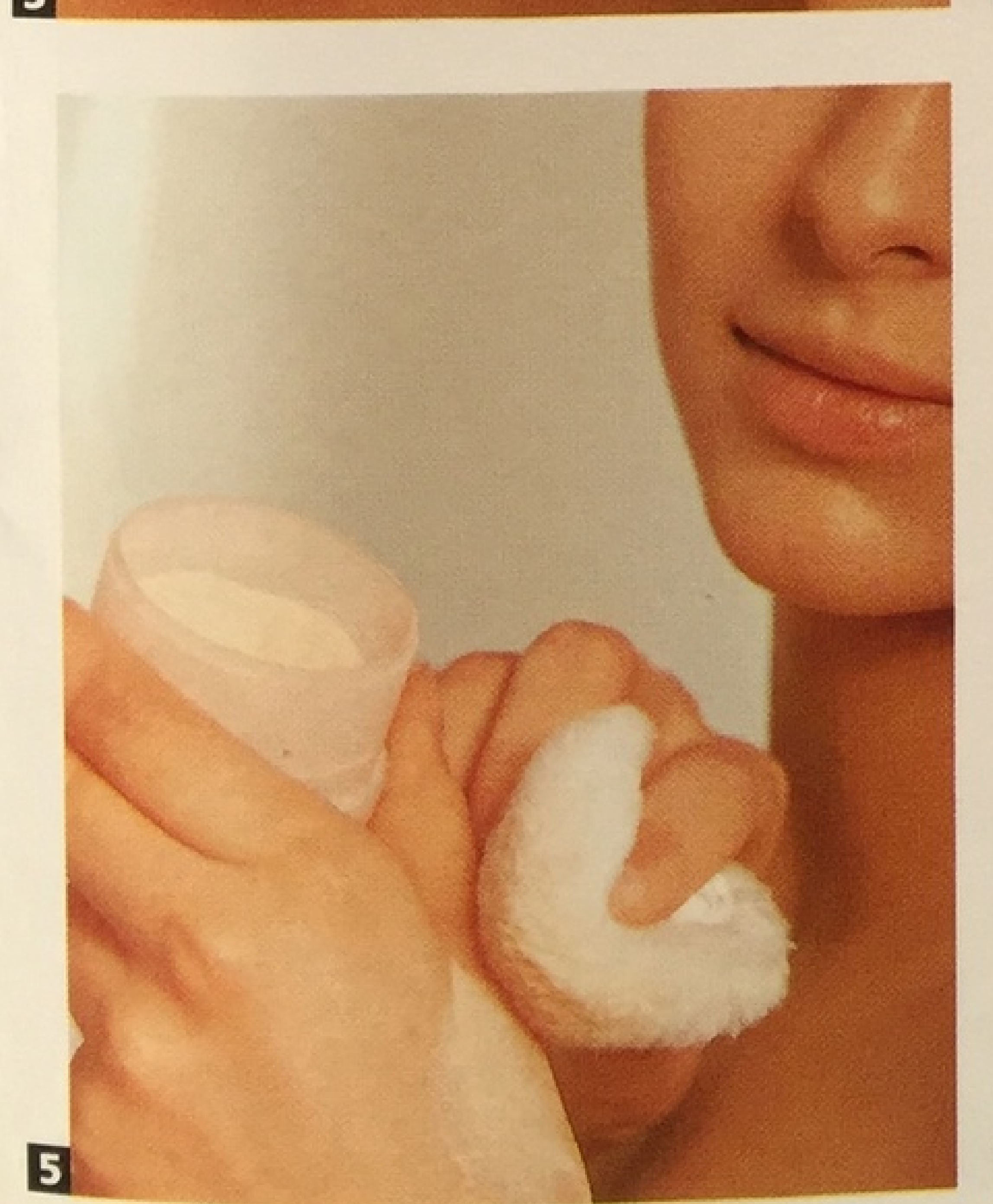














Сдержанность и уверенность в себе — вот черты деловой женщины

Днем не слишком «большой», вечером не слишком «маленький» — модный повседневный макияж для женщин сильных и энергичных

1. *Даже если вы очень спешите утром: грунтовку сперва нанесите на тыльную сторону руки.*

2. *Берите оттуда кончиками пальцев маленькими порциями. Распределяйте по лицу, нанося пятнышки грунтовки, и лишь потом растирайте. Преимущество такой техники: грунтовка будет натуральной, и при желании ее можно усилить: к примеру, в тех местах, где прожилочки все еще просвечивают сквозь первый слой.*

3. *При помощи косметической губки еще раз «втоптать» грунтовку в кожу.*

4. *Распространите макияж на шею лишь до тех мест, где бы он не задевал воротника.*

5. *Наберите большой пуховкой прозрачную пудру и обтрясите ее о тыльную сторону руки.*

6. *Того, что осталось, будет достаточно, чтобы сделать грунтовку матовой.*

7. *Подрисуйте брови хорошо заточенным карандашом, при этом естественную форму бровей по верхнему краю слегка выделите. Затем проведите по бровям сухой щеточкой. Другой вариант: слегка спрыснуть щеточку лаком для волос и закрепить им брови.*

8. *Кистью нанесите на щеки румяна-пудру сдержанного, близкого к натуральному, цвета так, чтобы не возникли границы. Румяна должны казаться легким дуновением.*


7


8

9. *Нанесите немного румян и на веки до самых бровей, это «открывает» глаза.*

10. *По нижнему веку вдоль основания ресниц проведите тонкий кайал, по верхнему веку — немного пошире. Оба штриха утолщаются к наружному краю глаза и соединяются там. Начинать линию надо не от внутреннего угла, а лишь от середины века или из первой трети. Идеальные цвета (потому что натуральные) — темно-серый и темно-коричневый — в зависимости от цветового типа (см. стр. 100).*


9


10

11. *Возьмите на аппликатор немного пудры того же цвета и оба штриха (кайал и пудру) слегка разотрите вместе.*

12. *Возьмите немного больше теней и оттените ими наружный угол глаза в форме «V». При темных цветах особенно важно не перебрать краски, уж лучше наносить ее в несколько приемов, добиваясь нужного результата.*


11

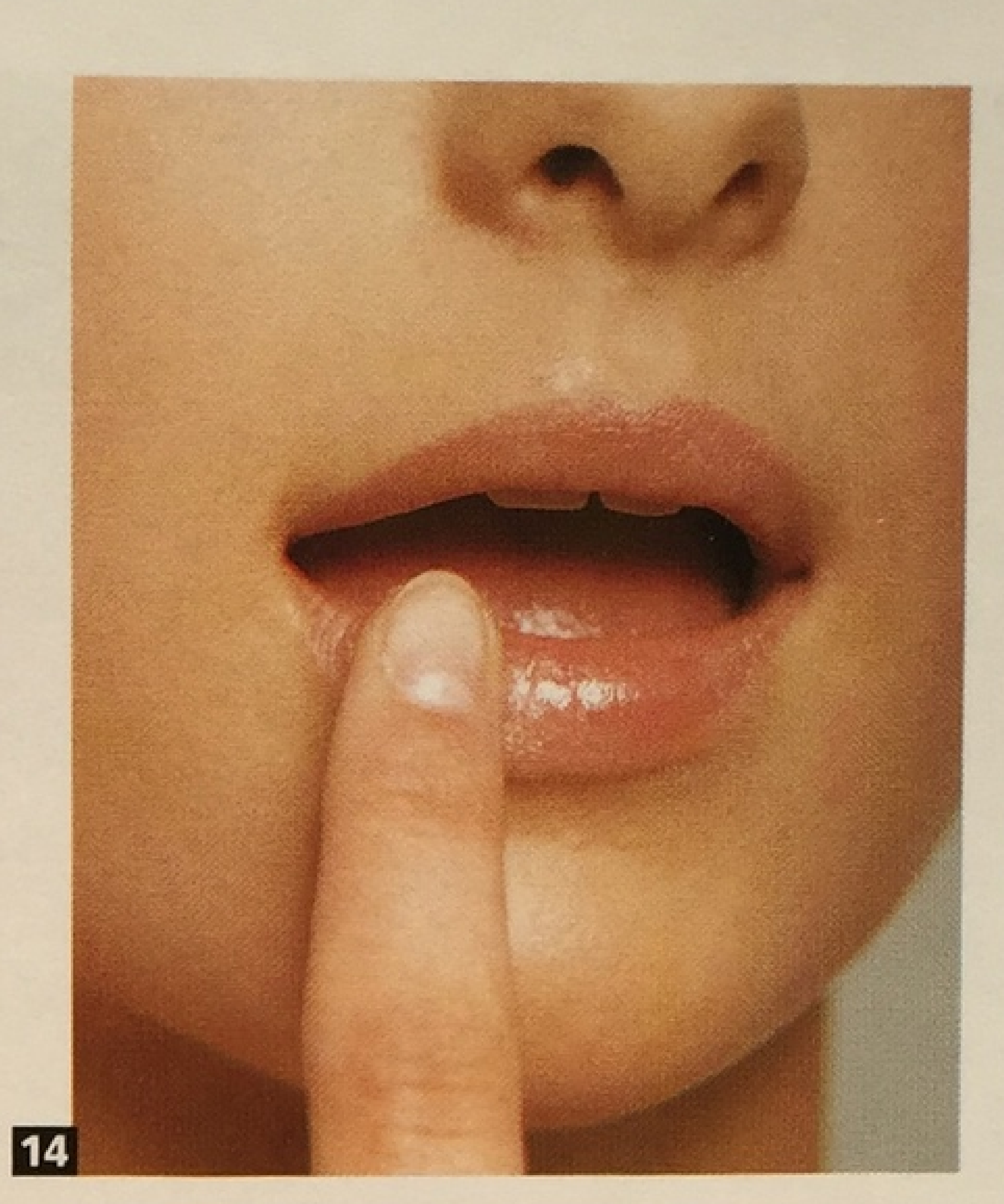

12

13. *Покрасьте ресницы черной тушью: верхние дважды, нижние один раз; внешние стороны особенно тщательно.*

14. *Нанесите на губы немного вазелина или крема; это смягчит их, и контурный карандаш будет лучше скользить. Избыток вазелина снимите салфеткой.*



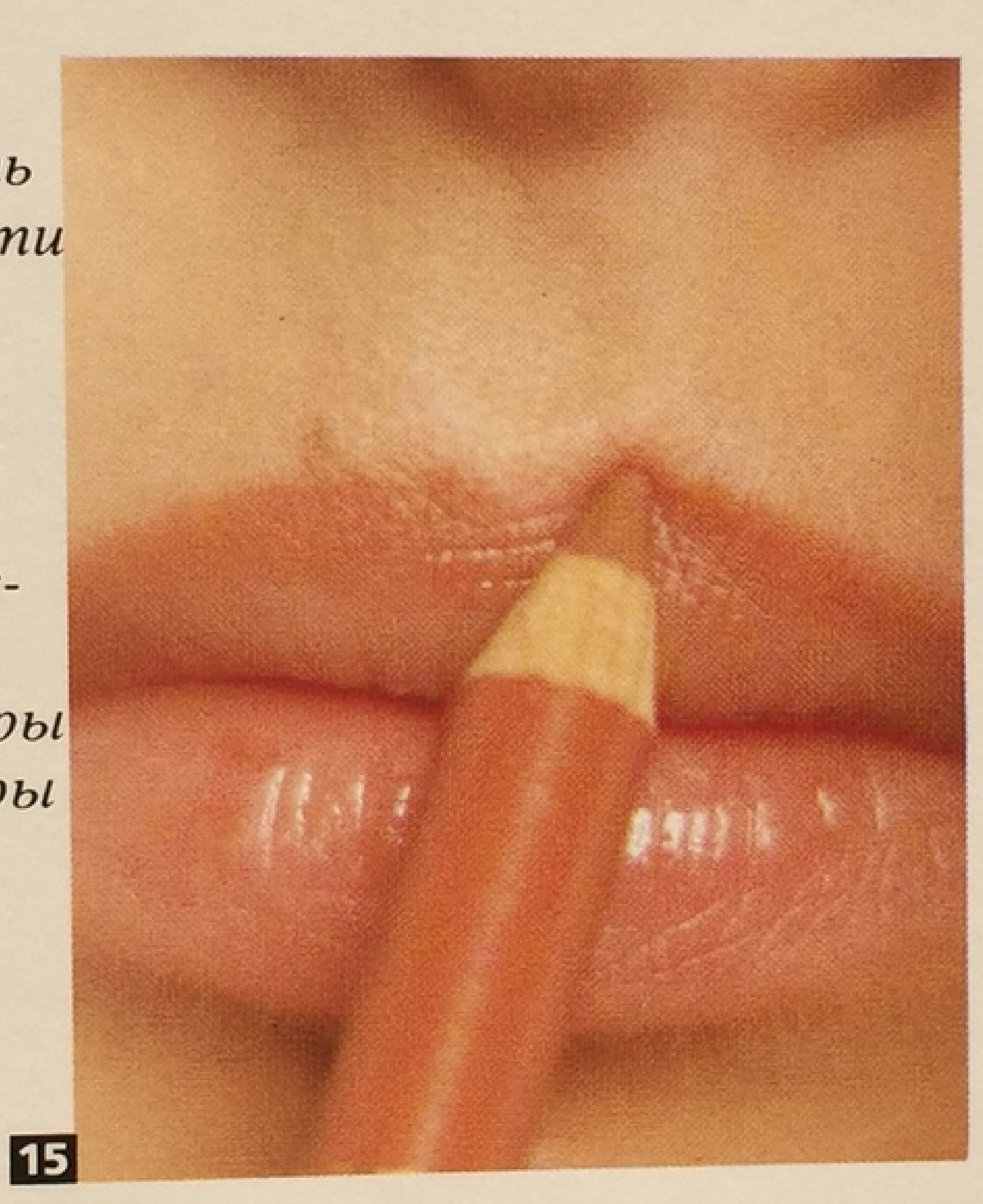
13



14

15. *Тщательно проведите контуры губ. Проще всего начинать от середины верхней губы и вести поочередно к уголкам.*

16. *Контуры не должны «вылезать» за пределы губ, а должны проводиться точно по краю (исключения см. на стр. 90—91). Особенно важны точные контуры тогда, когда природные контуры местами нечетки.*



15



16

17. *Нанести помаду. Если вы спешите, то непосредственно самой помадой, но лучше кисточкой. Особенно тщательно прокрашивайте уголки.*

18. *Помада будет лучше держаться на губах, если к ним прижать бумажную салфетку в один слой и припудрить сверху рыхлой пудрой. Это снимет глянец. Но кому он желателен, может после этого нанести еще один слой помады.*

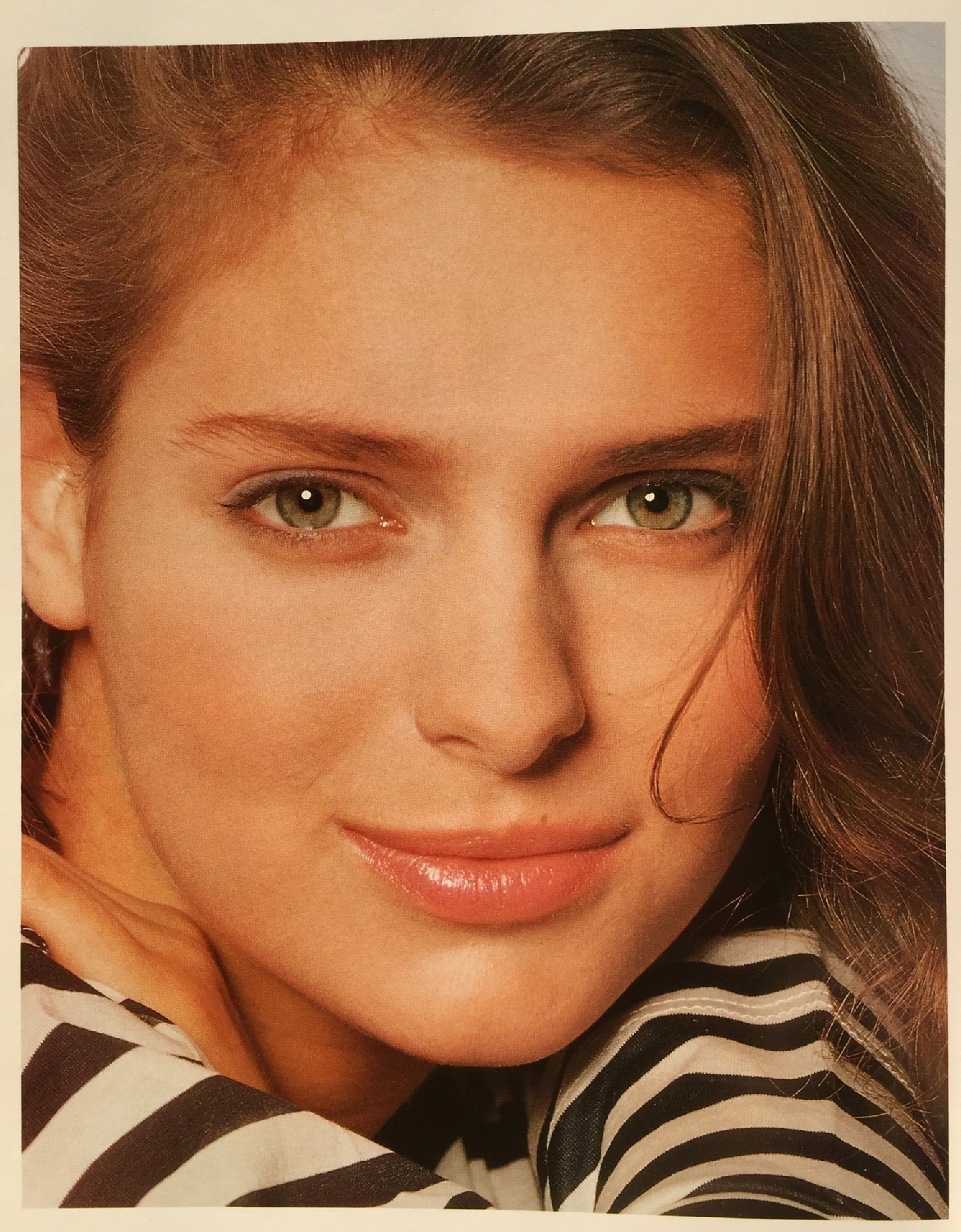


17



18

МАКИЯЖ НА СКОРУЮ РУКУ




1


2

Несколько приемов макияжа на бегу

Не совсем без краски, но и не садясь надолго к зеркалу. Можно обойтись всего четырьмя цветами!


3


4

1. *Вместо дневного крема и грунтовки использовать только тональный дневной крем. Альтернатива при жирной коже: компактная грунтовка, нанесенная сухой губкой вместо пудры.*

2. *Обвести наружный угол глаза темным кайалом.*

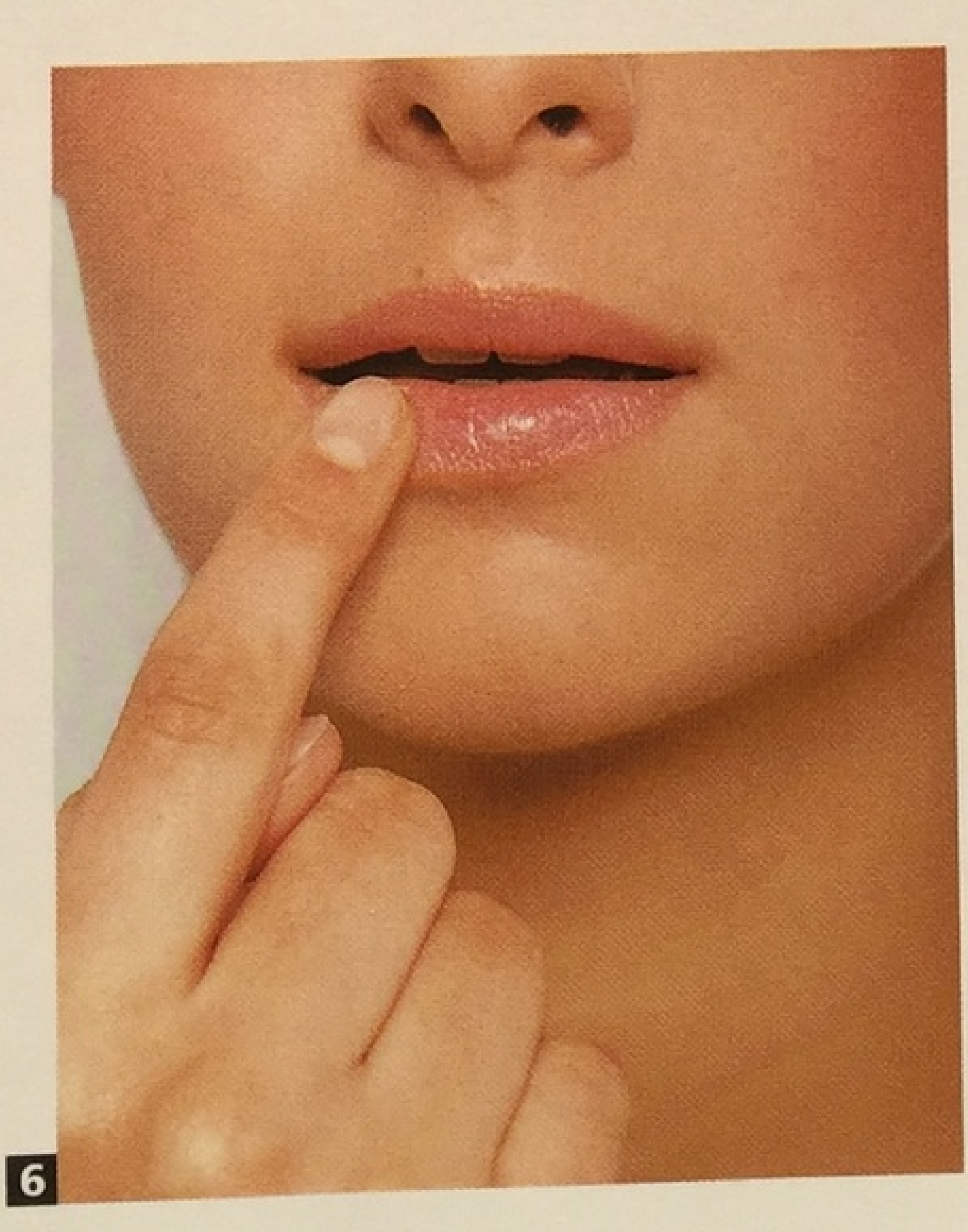
3. *Покрасить тушью лишь наружные ресницы — вверху и внизу.*

4. *Черкнуть щеточкой от маскары по бумаге, чтобы снять избыток туши, и затем легко провести по бровям.*

5. *Вместо румян провести губной помадой на щеке две черты и затем растереть.*

6. *Той же помадой прикоснуться к губам — и все готово!*


5


6



ТРЕТЬЯ ГЛАВА

Уход за кожей и ее защита

- Как снимать грим: альфа и омега
- Как наносить крем, чтобы кожа была здоровой
- Как сделать правильный выбор при покупке
- Защита от мороза и солнца

УХОД ЗА КОЖЕЙ

Макияж украшает нас, что и говорить. Но грунтовка, тени и все остальные краски хороши лишь при безупречно ухоженной коже. А это значит: регулярная ежедневная чистка, правильное питание и время от времени специальные процедуры



● Правильная оценка типа вашей кожи — это альфа и омега при выборе препаратов для ухода. Только если крем и лосьон соответствуют потребностям кожи, действие их даст положительный эффект. Если вы не уверены, к какому типу принадлежит ваша кожа, лучше обратиться к косметичке для постановки диагноза или попытаться самостоятельно определить свой тип при помощи теста. Для этого нужно хорошее освещение, зеркало и пакетик тонкой шелковой бумаги (лучше всего папиросной). Делается это так: лицо моется нежным мылом и не смазывается никаким кремом. Через час можно судить о состоянии кожи.

● Кожа принадлежит к СМЕШАННОМУ типу, если она через некоторое время после натяжения снова чувствует себя нормально. Папиросными бумажками берут пробы со лба, носа и щек. Только на лбу и на носу могут оказаться легкие следы жира.

● К СУХОМУ типу причисляют кожу, если через час после мытья ее все еще тянет и следы жира не появляются ни на одной бумажке.

● К ЖИРНОМУ типу принадлежит кожа, если середина лица видимо блестит, а следы жира видны на всех тестовых бумажках.

Уход за кожей смешанного типа

● Кожа смешанного типа на первый взгляд кажется нормальной — да так оно и есть. Ведь это даже имеет свои преимущества, что средняя зона лица жирнее, чем все остальное. Лоб, нос и подбородок слегка выдаются вперед и потому нуждаются в большей защищенности. Если кожа в этих местах лоснится, это еще не причина применять к ней антижировые препараты. Обычной пудры вполне достаточно, чтобы держать ситуацию в своих руках.

Несколько иначе все выглядит, если серединная часть действительно имеет переизбыток жира и потому склонна к воспалениям, особенно во время полового созревания и еще несколько лет после него. Тут можно применять некоторые препараты против избыточного выделения жира.

Как и для другой кожи, для нее важна ежедневная чистка. Даже лучший макияж вечером должен удаляться, а кожа оставаться на ночь чистой.

● Препараты для очистки, которые смываются водой, лучше всего подходят для смешанной кожи, потому что они действуют основательно и в то же время мягко и освежающе, а в применении очень удобны. Смывающееся ли это косметическое молочко, прозрачный гель для мытья, моющий крем или кусок бесщелочного мыла-синдета, зависит от индивидуальных предпочтений. Все эти продукты есть в вашем распоряжении. Не надо только путать синдет с обычным щелочным мылом. Обычное мыло не очень хорошо растворяет макияж и, кроме того, изменяет кислотность кожи — что вредно именно для жирной срединной зоны.

Смешанная кожа с не очень жирной средней частью требует основательной чистки только вечером. Утром достаточно освежить лицо чуть теплой водой. При жирной коже иначе: тут и утром нужно использовать препараты. В любом случае важно: прополоскать затем лицо большим количеством чуть теплой воды.

● После применения моющих средств, растворимых в воде, туалетная вода уже не обязательна. Но все же ее стоит использовать при избыточно жирной середине лица. Идеален лосьон с некоторым содержанием алкоголя и сужающими поры экстрактами трав. Нос, лоб и подбородок надо протирать им утром и вечером. Это немного сдерживает жирный блеск и на какое-то время освежает кожу.

● КРЕМЫ, равно как и полужидкие эмульсии (молочко) для смешанной кожи, могут содержать много влаги, но не слишком много жира. Препараты, которые рекомендуются для нормальной кожи, имеют, как правило, оптимальный состав. Для юной кожи и на день и на ночь достаточно какого-нибудь одного молочка или крема.







1. *При снятии грима с глаз надо избегать растягивания кожи. Лучше всего использовать специальный растворитель, который легко удаляет маскару.*

2. *Смываемый крем надо смывать большим количеством теплой воды. Остатки очищающего препарата вредны для кожи!*

3. *Лицо после мытья не вытирать, а лишь промокать полотенцем.*





1. *Шлифующие кремы в мгновение ока делают кожу тоньше, яснее и розовее. Среднюю часть массировать посильнее, щеки понежнее.*
2. *Крем для глаз наносить лишь легким прикосновением и вхлопывать кончиками пальцев. Под жиросодержащие кремы для глаз не наносите дневной крем; гелеобразные препараты, напротив, используйте как дополнение к дневному крему.*

Если средняя часть лица засаливается сильнее, что происходит перед менструальным периодом и во время него, а также в летнее время, эти зоны просто исключают из обработки кремом.

● Дополнительные препараты: полирователи с мелкими абразивными включениями улучшают кожный покров, потому что удаляют с поверхности кожи отмершие клетки и тем самым помогают избежать ороговения. Это полезно в первую очередь для срединной зоны. Шлифующие кремы применять два-три раза в неделю вместо обычного очистителя. Более жирные места лица тереть сильнее, боковые зоны массировать помягче.

● Увлажняющие маски приносят пользу, когда боковые части суше, чем обычно (например, зимой из-за отопления в домах). После шлифования кожи ими можно покрывать и середину лица. Эти места нужно исключать лишь тогда, когда они действительно избыточно выделяют жир. Тогда на них накладывают специальную маску для жирной кожи.

Уход за сухой кожей

● Хорошо ухоженная сухая кожа в юные годы — самая красивая кожа: нежная, розовая и с тонкими порами. Никаких проблем с угрями и прыщиками. К сожалению, сухая кожа при этом очень чувствительна. Она вырабатывает мало защитных веществ, которые предохраняли бы ее от вредных воздействий окружающей среды и от потери влаги. Неприятное ощущение, когда кожу «тянет», раздражение и шелушение быстро утомляют ее. Поэтому сухая кожа склонна к раннему образованию мелких морщинок.

Но современная косметика способна восполнить дефициты сухой кожи. И все же главное правило при уходе за сухой кожей гласит: чем меньше, тем лучше. Потому что сухая кожа хоть и плохо переносит отсутствие дополнительного питания и небрежность в обращении, но и чувствительно реагирует на перегруженность про-

дуктами ухода и на частую их смену. Неслишком обширная, хорошо продуманная программа, выполняемая последовательно — для сухой кожи лучше всего.

● Для очищения хорошо применять жирное молочко из серии препаратов для сухой кожи. Снимаются они или бумажной салфеткой или водой. Но даже самая щадящая чистка все же отнимает у сухой кожи часть необходимых защитных веществ. Поэтому молочко нужно применять только вечером. Утром же освежать лицо чуть теплой водой или применять туалетную воду.

● Туалетная вода для лица всегда уместна после очистки кожи жиросодержащим молочком. Она хоть и не содержит алкоголя, но оживляет и освежает кожу. Кроме того, существуют лосьоны для сухой кожи, обогащенные растительными экстрактами и увлажняющими веществами.

● КРЕМЫ для сухой кожи должны содержать, помимо увлажняющих веществ, еще и сильную порцию жиров. Страх, что появится жирный блеск, не обоснован: косметической индустрии в наши дни удается внедрять жиры в специальные легкие эмульсии, которые быстро впитываются в кожу. Рекомендуются также специальные дневные кремы. Почти все препараты этого рода сегодня снабжены фильтрующими элементами против ультрафиолета, предохраняющими сухую кожу от преждевременного старения.

● Специальные препараты, на которые стоит обратить внимание. Крем для век — рекомендуется, если появились первые морщинки. На каждый день идеальны легкие гелевые препараты. Нанесенные под дневной крем, они смягчают и увлажняют нежную кожу и, кроме того, образуют хорошую базу для макияжа.

Кремы-маски делают иссушенную кожу снова размягченной и успокаивают ее, если она склонна к покраснениям и раздражениям. Специальные продукты для чувствительной кожи содержат наряду с целеб-





1. *Крем наносите экономно. То, что осталось на коже спустя десять минут, было лишним. В следующий раз, значит, нужно брать крема еще меньше.*
2. *Кремообразные увлажняющие маски можно наносить не скупясь. Они помогают шелушащейся коже быстро восстановиться и снова стать эластичной. Во время действия крема надо по возможности расслабиться и полежать с закрытыми глазами. Это усилит эффект.*





1. Для нежной, чувствительной кожи особенно благоприятно, когда ее смазывают нежным витаминосодержащим маслом. Это приятно расслабляет ее, успокаивает и придает ей матовость.
2. Против мелких морщинок вокруг глаз нужно вовремя что-нибудь предпринимать. Очень практичен гигиенический карандаш в формате губной помады. Он хорошо предохраняет и разглаживает кожу.

ными пантенолом и аллантоином умягчающие растительные вещества (например, вытяжки из ромашки и календулы).

Уход за жирной кожей

● Жирная кожа лучше других защищена от вредных влияний окружающей среды и раннего старения, потому что сама вырабатывает защитную пленку. Но при этом возникает проблема жирного блеска. Вместе с отмершими шелушинками кожи жир часто забивает поры.
Регулярный уход может придать жирной коже ясный чистый вид. Прежде всего, это препятствует закупорке пор и возникновению угрей и прыщиков. Но вот чего нельзя ожидать даже от самого тщательного ухода, так это основополагающего изменения типа кожи. Свойства кожи обусловлены ее изначальной структурой и могут измениться лишь во второй половине жизни.

● Чистка лица — самое важное при уходе за жирной кожей, и к этому нужно относиться с максимальным педантизмом. Лучше всего применять синдет-препараты. Это жидкие моющие лосьоны или твердые мылообразные куски с бесщелочными моющими веществами. Они обезжиривают кожу лучше, чем косметическое молочко, и не изменяют в отличие от мыла кислотную среду. Поскольку жирная кожа и ночью выделяет сало, приходится основательно чистить ее и по утрам.

● Туалетная вода очень рекомендуется для жирной кожи. Она освежает, на многие часы улучшает вид кожного покрова и препятствует появлению на лице жирного блеска. Лосьоны для жирной кожи содержат, помимо известной доли алкоголя, еще и добавки, сужающие поры, и антисептические противовоспалительные вещества.

● Кремы при жирной коже применяют лишь умеренно. Лучше всего жидкие увлажняющие эмульсии с малым содержанием жира или совершенно обезжиренные гели. Поскольку содержание жира указывается не на всех косметических продуктах, нужно покупать лишь те препараты, которые предназначены специально для жирной

кожи. Это особенно важно, если учесть, что отдельные жиры способствуют возникновению угрей. А в специальных препаратах эти вещества отсутствуют.

● Специальные препараты: полирующие пасты идеальны для жирной кожи. Они содержат жесткие абразивные включения, которые улучшают кровоснабжение и делают поверхность кожи тоньше, освобождая ее от ороговевших частиц. Полирующие пасты применяют два-три раза в неделю вместо обычных чистящих средств.

● Очистительные маски оказывают сходное действие. Одновременно они натягивают кожу. Многие маски содержат также успокаивающие вещества, помогающие избежать воспалений. Очистительная маска рекомендуется в качестве подготовки к макияжу, если он должен быть особенно стойким и красивым.

● Крем для век очень важен, если обозначились первые морщинки, потому что нежная кожа век даже при жирной в остальном коже остается сухой и незащищенной.

Уход за воспаленной кожей

● Прыщи — это большая проблема, которая у многих возникает с началом полового созревания и проходит потом сама по себе. Тем не менее при появлении первых же признаков следует принять некоторые меры. Например, регулярно обращаться к специалистам для устранения угрей и прыщиков и дезинфекции кожи.

● Что можно сделать самостоятельно: ежедневно очищать кожу бесщелочными моющими препаратами. Но при этом никогда не перебирать лишнего. Прыщи — это проблема не грязи, как все еще думают некоторые. Причиной их являются гормональные процессы, которые никакой чисткой не изменишь. Ожесточенная чистка может сделать кожу избыточно чувствительной. Для ухода лучше применять

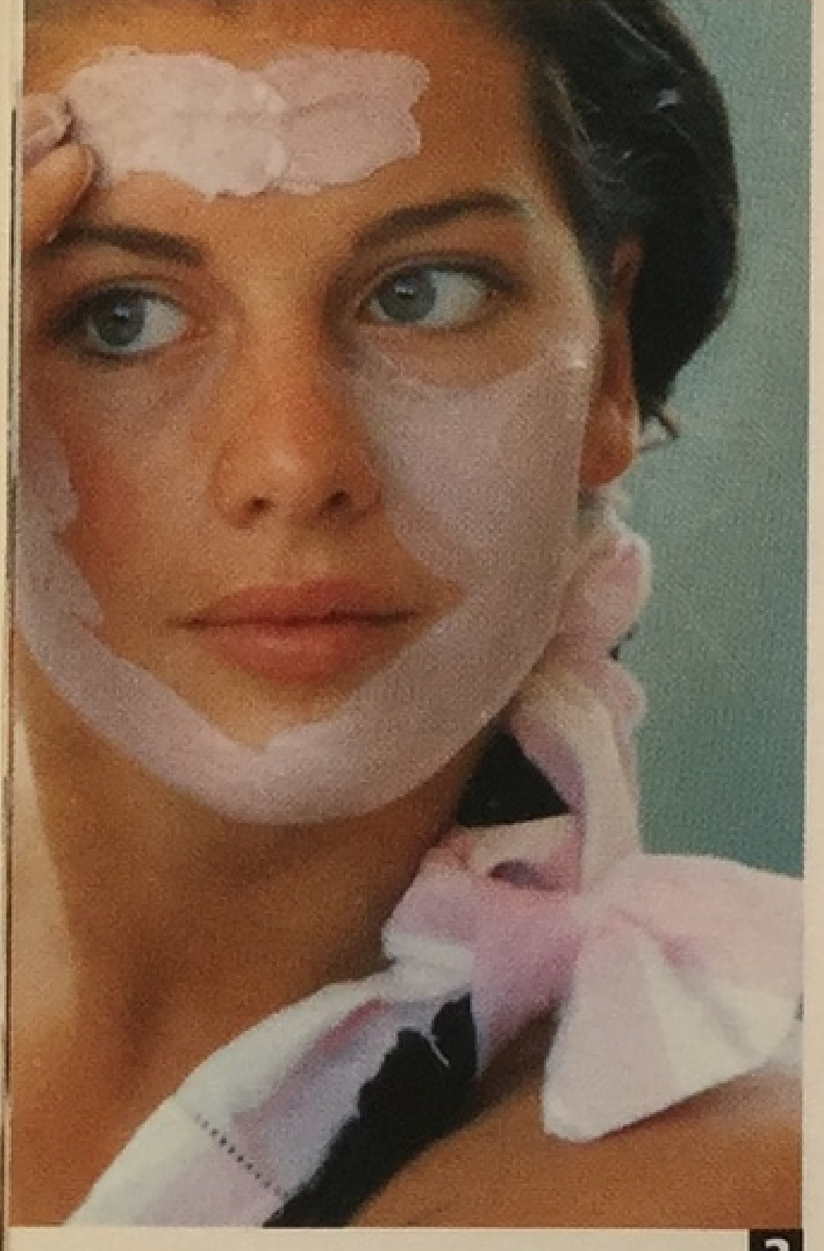




1. *Щетка для втирания очищающей пены поспособствует тому, чтобы жирная кожа с забитыми порами действительно хорошо очистилась. Это идеальное средство для вялой кожи с плохим кровоснабжением. Кто будет применять ее ежедневно, не нуждается в полирующих пастах.*

2. *Паровые ванны открывают поры и размягчают ороговевший слой. Очень полезно после паровой ванны удалить угри или применить полирующую пасту.*





1. *К угрям можно притрагиваться лишь чистыми руками с остриженными ногтями. Лучше обернуть пальцы тонким слоем ваты. Кожу вокруг угря сперва растянуть и потом легонько сжать. Затем обработать антисептической водой для лица или 70-процентным алкоголем.*

2. *Очистительная маска с успокаивающими и антибактериальными добавками после удаления угрей помогает избежать воспалений и покраснений.*

увлажняющие препараты; достаточно какого-нибудь одного и для дневного ухода, и на ночь.

Специальные карандаши против прыщиков быстро успокаивают воспалительный процесс. Надо всегда иметь его под рукой и применять, как только появятся признаки новых прыщиков. Угри с открытым выходом — их заметно по черным точкам — нужно аккуратно выдавливать самой. Внимательно осматривайте в зеркале свое лицо. Такую «операцию» проводите раз в неделю. Перед этим тщательно очистите кожу; паровой ванной или горячим компрессом откройте поры, тогда угри легче будут устраняться.

● Что лучше всего передоверить косметичке: жировики, которые сидят под кожей маленькими узелками — их приходится вскрывать специальными инструментами, а это может сделать только опытная косметичка. Когда делаешь это самостоятельно, возникает опасность воспаления, которое оставит после себя шрамик. Всю работу с прыщиками по этой же причине тоже лучше всего доверить специалистке.

● Когда требуется вмешательство врача: когда на лице постоянно имеется не меньше трех-четырех прыщиков. Тут необходимо медицинское вмешательство или совет, особенно когда прыщики развиваются в красные болезненные узелки. Специальные антибиотики и очистительные процедуры по предписанию врача одновременно приглушают выделение подкожного сала и избыточное ороговение — все это помогает своевременно и успешно лечить угри. Но очень важно соблюдать последовательность и выдерживать длительность применения препаратов.

Уход за зрелой кожей

● Начиная где-нибудь с тридцати, кожа становится очень требовательной к уходу. Эластичность и прочность понижаются, возникают морщинки, и сказывается неправильный образ жизни: недосыпание, стрессы, перебор с употреблением алкогольных напитков. Уход за кожей актив-

ными препаратами хоть и не устраняет этих последствий, но все же смягчает их, особенно если параллельно с этим вы начинаете следить за своим образом жизни.

● Препараты в ампулах содержат активные вещества в концентрированной форме. Они улучшают кровоснабжение и кислородное обеспечение, стимулируют обмен веществ и вводят в кожу восстановительные вещества. Курс лечения ампулами — 8—10 дней. Вы можете прибегнуть к этому лечению, если кожа стала выглядеть утомленнее, чем обычно.

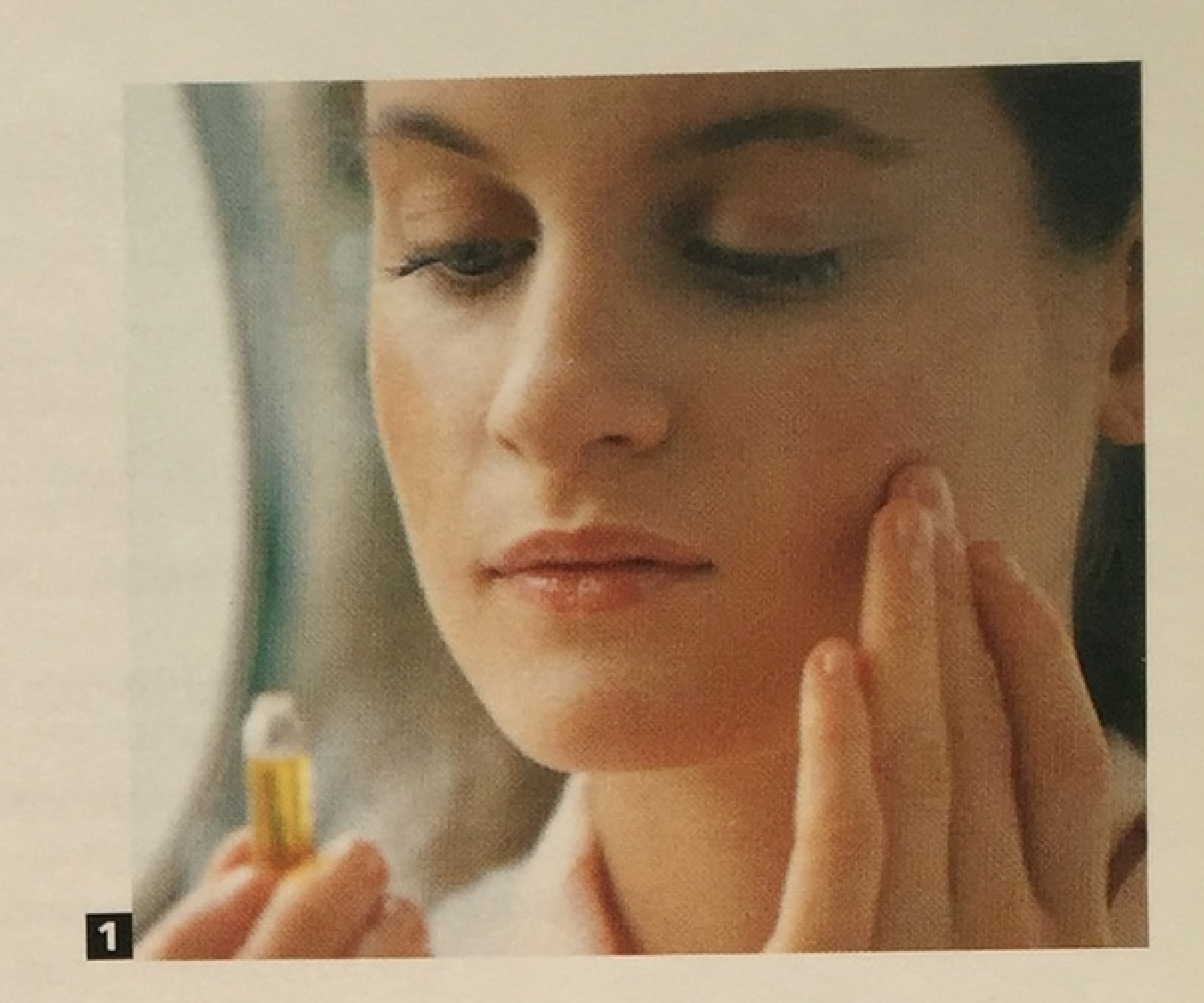
● Дневные кремы с ультрафиолетовыми фильтрами. Их необходимо вводить в обиход после тридцати, чтобы предотвратить преждевременное старение кожи.

● Высокоэффективные увлажняющие кремы идеальны для требовательной кожи. Они делают поверхностные слои кожи гладкими и эластичными. Особенно хороши препараты с заметной долей жирных кислот и так называемых цереброзидов — веществ, усиливающих межклеточные связи, влагостойкость и сопротивляемость кожи агрессии среды.

● Витамины помогут коже дольше сохранять молодость — даже при наружном применении. В первую очередь это относится к витаминам А, Е и С. Они в состоянии обезвредить агрессивные молекулы, которые ускоряют старение кожи. Эти «свободные радикалы», прицепляясь к здоровым клеткам, ослабляют их и вредят им.

● Натягивающие маски — непревзойденное средство, когда нужно снять с лица следы усталости — хотя бы на некоторое время.

● Самое главное: начинайте уже сейчас очень серьезно ухаживать за кожей. Иногда это стоит больших преодолений, притом, что незамедлительных результатов не дает: Но все усилия будут вознаграждены, особенно позже, когда ваша кожа будет выглядеть моложе, чем выглядела бы без ухода.







1. *Препараты в ампулах вводят в кожу концентрированные вещества, которые улучшают обменные процессы.*
2. *Шея относится к «сухим» зонам кожи. Для нее хороши жирные кремы.*
3. *Гелевые маски — лучший косметолог. Они освежают, оживляют и разглаживают морщины на долгие часы.*

В МАГАЗИНЕ

Правильно подобрать препараты для ухода за кожей не так-то просто, потому что не везде, где продается косметика, вы получите компетентный совет. Но все же постарайтесь избежать ненужной покупки. Некоторые наши рекомендации помогут вам в этом

● Важно: идти за советом к косметичке нужно без пудры и макияжа. По возможности и без крема, тогда легче будет поставить диагноз. Потому что практика показывает: незнание своего типа кожи — главное препятствие на пути верного выбора косметических препаратов.

● Перед покупкой обдумайте, какие препараты из тех, что вы уже применяли, были благотворны для вашей кожи, а какие нет. Чем точнее вы сформулируете ваши желания и противопоказания в магазине, тем больше шанс вернуться домой с правильно выбранными покупками.

● Надо предварительно подумать, чего вы хотите добиться с помощью новых средств. Не забывайте: косметика в наши дни может многое — но чудес все же не бывает. По крайней мере, она не способна заменить собой здоровый образ жизни. Она может замедлить образование морщинок, но уже существующие она в лучшем случае лишь смягчит. Хорошие препараты поддержат вашу кожу в наилучшем состоянии, но изменить ее тип они не могут. На большее вы не должны рассчитывать, даже если вам неосторожно пообещают большее.

● Вы непременно должны предупредить продавщицу, если у вас есть предрасположенность к аллергиям — любым, пусть даже у вас, например, насморк на сено. Продавщица в этом случае предложит вам препараты, прошедшие соответствующие испытания. Некоторые препараты специально обозначены как антиаллергичес-



Трудно решить: какая косметика вам подходит? Специалисты говорят: решающее в этом вопросе не фирменная упаковка и не цена, а состояние кожи после двух-трехнедельного применения препарата

кие. Эти продукты дают довольно высокую гарантию переносимости.

● Если новый препарат вам еще не знаком, покупайте по возможности самую маленькую пробную дозу. Хоть она и относительно дороже, но, если большая дозировка вам не подойдет, в итоге вы все равно потеряете больше. При покупке сравните товар в разных упаковках — например, в тюбике и в баночке. Часто в тюбике покупать выгоднее.

По каким признакам определить хорошую советчицу?

● Компетентная советчица прежде всего исследует кожу клиентки. Вы и в магазине почувствуете себя в первоклассных руках, если вашу кожу проверят на воздействие косметики. Ведь состояние кожи меняется с течением времени под воздействием некоторых препаратов. Плохой знак: если продавщица не обратит внимания на ваше лицо, а лишь подаст вам товар. В таком случае лучше сделать от ворот поворот.

● Хорошая советчица спросит вас о вашем личном опыте в области применения косметики. Плохой знак: если она попытается убедить вас, что вы не знаете, что для вас хорошо, а что плохо. Каждому виднее, как реагирует его кожа на разные препараты.

● Идеальная продавщица должна быть симпатичной. Ведь совет — это вопрос доверия, а доверие тесно связано с симпатией. Если контакт с продавщицей не устанавливается, лучше не вступать в разговор.

● Чуткая продавщица должна принять во внимание и ваши финансовые возможности. Лучше всего сказать, какую сумму вы рассчитываете потратить на косметику. Плохой знак: если вся эта сумма уйдет на оплату одного-единственного дорогого крема.

МАЛЕНЬКИЙ КОСМЕТИЧЕСКИЙ СЛОВАРЬ

Эксфолиация: так называют сшелушивание ороговевших клеток с поверхности кожи. Это естественный процесс, который может быть усилен косметическими средствами (полирователями).

Коллажи: вещества, из которых состоят нити соединительной ткани — от них зависит способность кожи сохранять влагу. Специально приготовленные косметические коллажи должны увеличивать увлажненность верхнего слоя кожи.

Липосомы: важные микрокапсулы в эмульсиях и гелях; они служат средством транспортировки активных веществ в глубь кожи.

Натуральный увлажняющий фактор: натуральная или полученная лабораторным способом идентичная натуральная субстанция, которая поглощает воду и может связывать ее.

Полирователь: очистительный крем или маска для отшелушивания ороговевших клеток посредством растительных энзимов или абразивных крупиц.

Регенерация: восстановление поверхности кожи, при котором образуются новые клетки, восполняя изношенный защитный слой.

Кислотный показатель: число, определяющее химический градус кислоты в коже. У здоровой кожи этот показатель лежит между 5,3 и 5,8.

Синдет: синтетическое бесщелочное моющее средство. Часто переносится кожей лучше, чем мыло.

СОВЕТЫ

Солнце, холод и стрессы сильно утомляют кожу. Усталость можно устранить специальными средствами. Но лучше избегать вредных воздействий. Потому что последствия их часто сказываются не сразу, а со временем. И тогда почти невозможно что-либо изменить

Защита от солнца против морщин

● Солнце благотворно воздействует на тело и душу. Но, к сожалению, только в меру. Любой избыток вреден. Особенно это важно в отношении кожи. Виной тому уже упомянутые свободные радикалы (стр. 79), которые возникают под воздействием солнечного ультрафиолета. Эти молекулы разрушают здоровые клетки, ведут к злокачественным изменениям кожи и к преждевременному старению тканей. Все это можно предотвратить, если соблюдать следующие правила:

● Никогда не выходите на солнце без защитного крема. Косметические ультрафиолетовые фильтры поглощают энергию УФ и препятствуют тому, чтобы она наносила вред клеткам.

● При чувствительной коже светозащитный фактор крема должен быть не ниже 10. Теоретически при этом можно находиться на солнце в десять раз дольше, чем без светозащиты, не превысив пороговую дозу облучения. Но все же лучше не рисковать, ведь силу облучения и светочувствительность кожи нельзя определить точно.

● Время от времени обязательно обновляйте на лице крем: его защитная пленка ослабляется от пота и прикосновений.

● Непременно уходите с солнца, когда прошло время, на которое был рассчитан светозащитный фактор. Теперь новое нанесение крема уже не защитит вас от солнечного ожога.



Ничто так не старит кожу, как длительные солнечные ванны. Никогда не подставляйте лицо прямым солнечным лучам, даже в солнцезащитных очках

● Полуденного солнца нужно избегать. Горячие инфракрасные лучи усиливают вредоносное воздействие УФ.

● Лучше всего использовать для загара утреннее солнце. Часов до 10 облучение относительно безвредно.

● После солнечных ванн применяйте для ухода за кожей легкие эмульсии и гели с высокой влажностью. Жирные продукты усиливают воздействие жары на ткани, вместо того, чтобы уменьшать ее.

● Полезный совет: если кожа все-таки покраснела, хороший оттенок ей может придать самозагар. Будьте осторожны: в течение нескольких дней ваша кожа не сможет больше переносить солнце.

Защита от холода

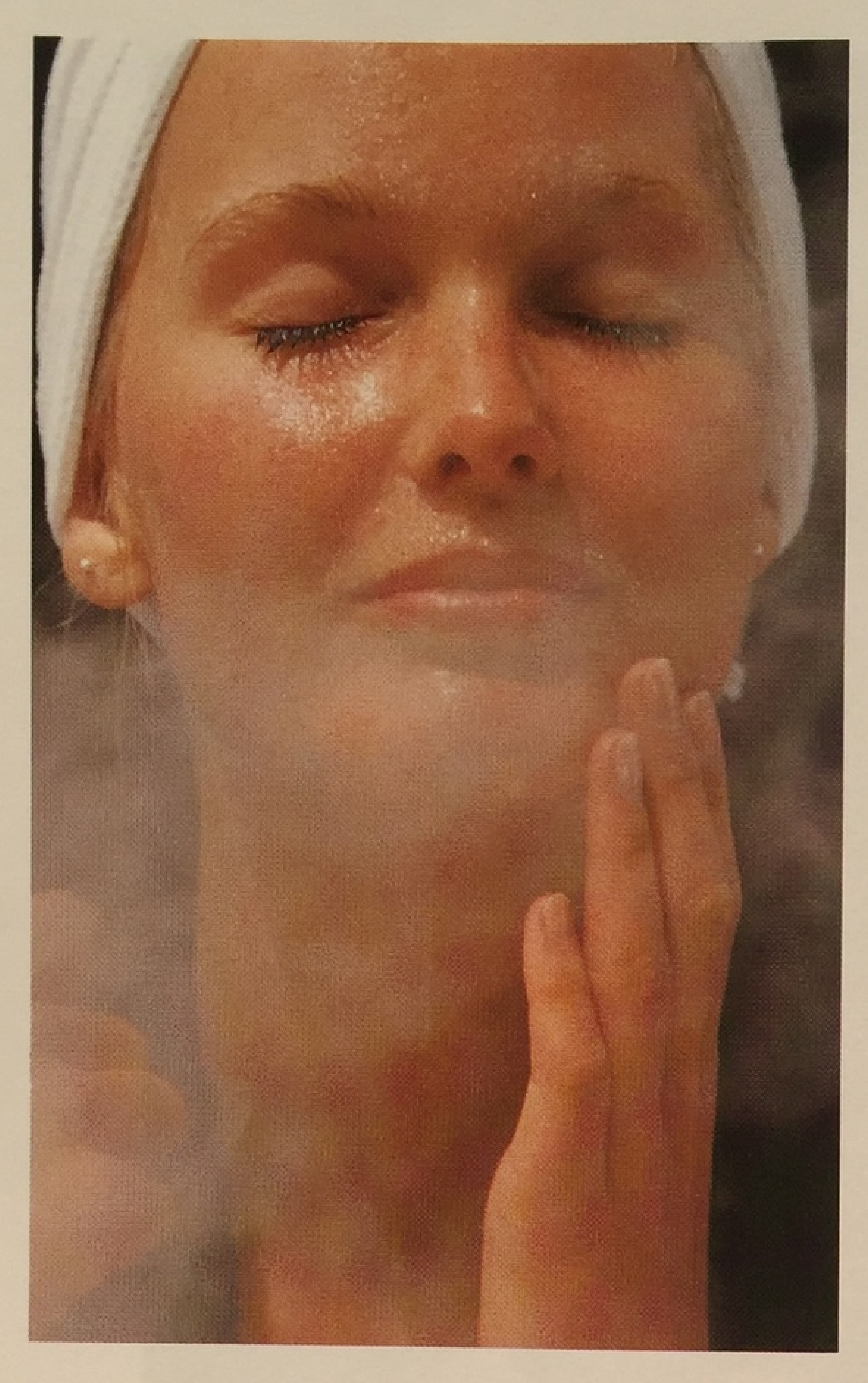
● Резкий ветер, зимний холод высушивают кожу. Виной тому не высокая влажность воздуха при низких температурах. Плохо также сказывается то, что кожа подвергается большому перепаду температур в помещении и на улице. При этом она теряет собственные защитные средства в большем количестве, чем способна воспроизвести. Следствие: кожу «тянет», жжет, она краснеет и шелушится. Если слабы соединительные ткани, то легко образуются красные прожилочки. Этого можно избежать, применяя «целостную» косметику, которая не ограничивается одним только лицом.

● Надо еще с осени начинать тренировать систему кровеносных сосудов в организме переменным душем. Капилляры таким образом лучше подготавливаются к внезапным температурным перепадам. Чем лучше функционирует система кровообращения, тем бесперебойнее идет обмен веществ в коже.



Подвижность на свежем воздухе — одно из лучших косметических средств. При минусовой температуре лицо нужно защищать от переохлаждения хорошим жирным кремом. Теплая одежда и активное движение обеспечат хорошее кровообращение и помогут избежать вредного воздействия холода на кожу

● Жир в холодные зимние дни важнее, чем влажность. Он действует в качестве согревающей оболочки и поддерживает стабильную влажность. Особенно тщательно смазывать кремом губы и веки, потому что кожа здесь особенно чувствительна и требовательна.





Паровая ванна и сауна — хорошие средства для интенсивного расслабления и снятия стрессов. Важно: сразу после ванны обильно смазать кремом тело и лицо. После сауны кожа особенно активно принимает жир, влагу и косметические препараты

● Снять с кожи раздражение помогут компрессы из теплого настоя ромашки или липового чая. Две чайные ложки травы заварить в $^1/_4$ литра кипящей воды и дать настояться под крышкой 10 минут.

● Маски-кремы быстро сделают огрубевшую кожу мягкой. Кроме масел, они содержат успокоительные экстракты трав, которые быстро устраняют покраснения. В зависимости от потребности такие маски можно делать каждый день.

● Ампульные препараты применяют зимой лишь тогда, когда они содержат чистые масляные или влажные концентраты. Лекарства для натяжения кожи, а также для регенерации лучше отложить до более теплых времен.

Маленькая анти-стрессовая программа

● Даже и проверенный макияж не даст результата, когда глаза усталые, а черты лица напряжены. Если к этому добавятся пятна возбуждения на лице (при чувствительной коже) или усилившиеся прыщики (при жирной коже), то лучше вообще не браться за кисточку и краски, а сперва попробовать целенаправленно расслабиться. Этому искусству можно научиться, и оно приносит зримые плоды.

● Массаж — это поглаживания для души и кожи. Он расслабляет мышечные волокна и помогает также «внутренне отключиться». Поэтому ежедневное смазывание кремом следует сочетать с некоторыми приемами массажа.

Начните с массажа головы. Это способствует росту волос и одновременно расслабляет мускулатуру лица. Запустите в волосы все десять пальцев и легкими круговыми движениями двигайте кожу у основания волос. Начните от висков и массируйте до

затылка. Это можно проделать и в течение дня, если не повредит прическе.

После нанесения крема нежно побарабаньте по коже кончиками пальцев. Это способствует улучшению кровообращения.

Против морщин на лбу помогает такой прием: пальцами обеих рук отвесно шевелить кожу лба, медленно перемещаясь от одного виска к другому.

Хорошо расслабляет напряжение лицевых мускулов: средними пальцами описывайте восьмерки от крыльев носа к уголкам рта. При движении вверх слегка надавливайте.

Средним пальцем делайте крошечные круги вокруг рта. Это расслабляет губы и мышцы.

● Изометрические упражнения: целенаправленным быстрым натяжением мышц они улучшают кровообращение и помогают снять усталость.

Положите одну ладонь на лоб и, преодолевая сопротивление, тяните лоб вверх. Выдержать это напряжение 6 секунд, потом резко отпустить.

Плотно сомкнуть веки, не сожмуривая при этом глаз. В этом напряженном состоянии выдержать несколько секунд и затем резко отпустить.

Губы (но не зубы!) сжать как можно плотнее и потом снова отпустить.


Как быстро прийти в форму

● Горячие компрессы с лавандой дают заметное расслабление: 10 капель лавандового масла добавить в литр горячей воды, смочить скатанное валиком маленькое полотенце и положить на затылочную часть шеи.

Очень помогает, когда утомлены глаза: набрать в тазик холодной воды и погрузить в него все лицо. Под водой несколько раз открыть и закрыть глаза.



Время от времени надо позволять себе и это: удовольствие профессиональной косметической процедуры. Это особенно помогает коже в трудные периоды: опытные умелые руки смажут ее кремом, промассируют и побалуют. Хорошие косметички так обустраивают свои кабины, что там действительно можно отключиться и отдохнуть — без музыки и назойливых разговоров



ЧЕТВЕРТАЯ ГЛАВА

Приемы, решающие Ваши проблемы

- **Маленькие глаза? Утопленные веки?**
- **Тонкие губы? Наоборот, толстые?**
- **Веснушки? Бледная кожа?**
- **Макияж под очки**
- **Форма лица и прическа**

УТОПЛЕННЫЕ ВЕКИ

Ни в коем случае не обводить глаза!

При утопленных веках единственной поверхностью кожи, принимающей краску, будет область под бровью и нижнее веко, потому что верхнее веко совершенно утоплено в глазнице



1

2



В противном случае черные обводы (снимок сверху) подчеркнут наплывы кожи над глазницами и зрительно уменьшат глаза.

1. *Цветные тени, тоненькие, как кайал. Не растирать, потому что веко при открытых глазах тонет в глазной впадине. Очень хорош при этом белый кайал на нижнем веке.*

2. *Поверхность между складкой и бровью оттенить тщательно, но очень легко.*

3. *Для оптического уравновешивания теней под бровью неизбежно должна быть тень сбоку на нижнем веке, желательно другого цвета. Ресницы обильно накрасить тушью!*



3

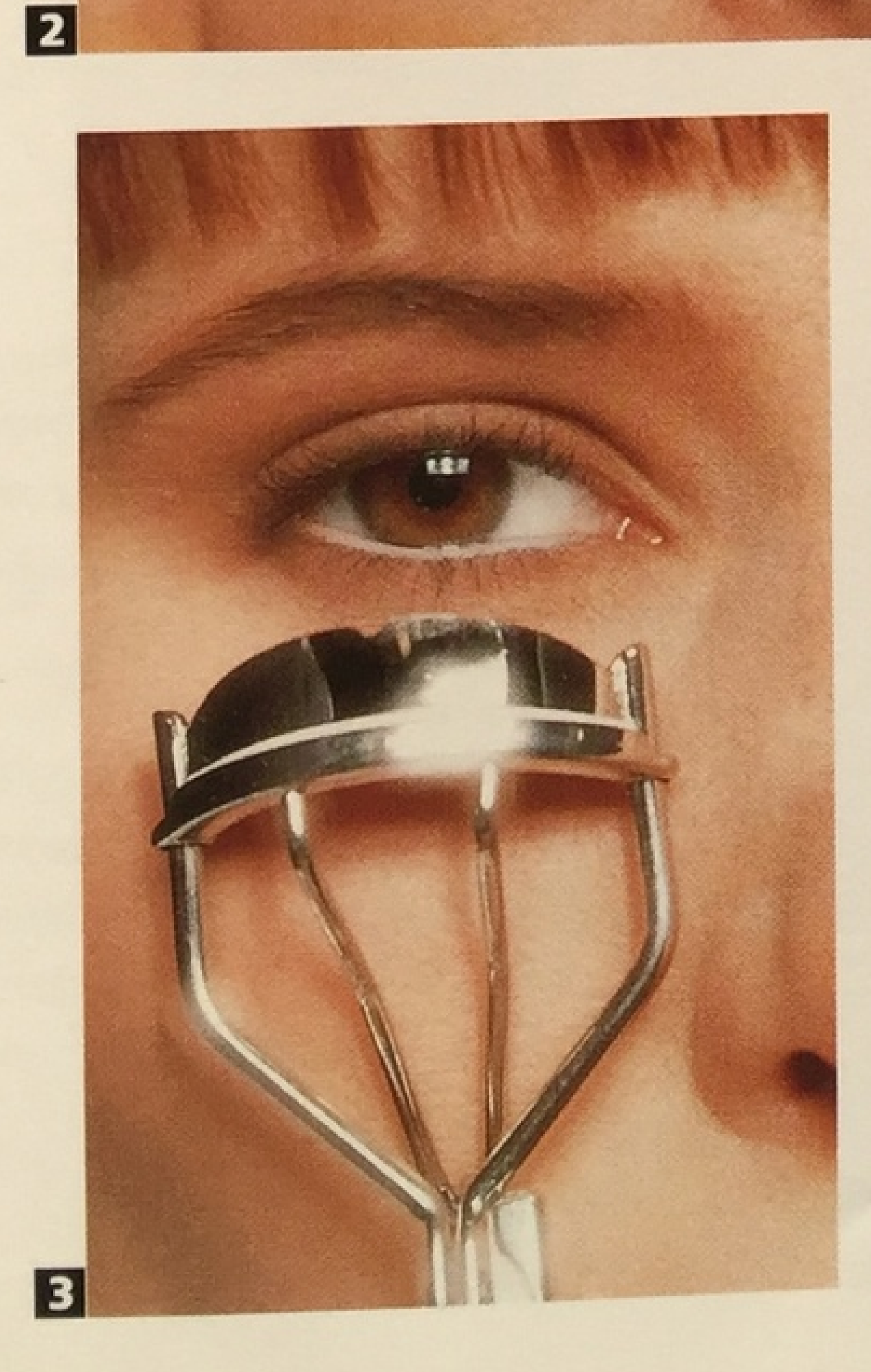
МАЛЕНЬКИЕ ГЛАЗА

Тут надо усилить роль бровей

При маленьких глазах тоже нельзя обводить веки черной каймой и густо накладывать тени.
И то, и другое зрительно лишь уменьшит глаза.
Брови, которые оптически давят сверху, надо приподнять выщипыванием









1. *Хорошо при маленьких глазах: тени нанести широкими мазками. Самое натуральное впечатление произведет нежный коричневый цвет, не очень отличающийся от тона кожи. Почти необходимость при маленьких глазах: белый кайал на нижнем веке.*

2. *Чтобы тени были по возможности мягче, веки перед нанесением следует обильно припудрить.*

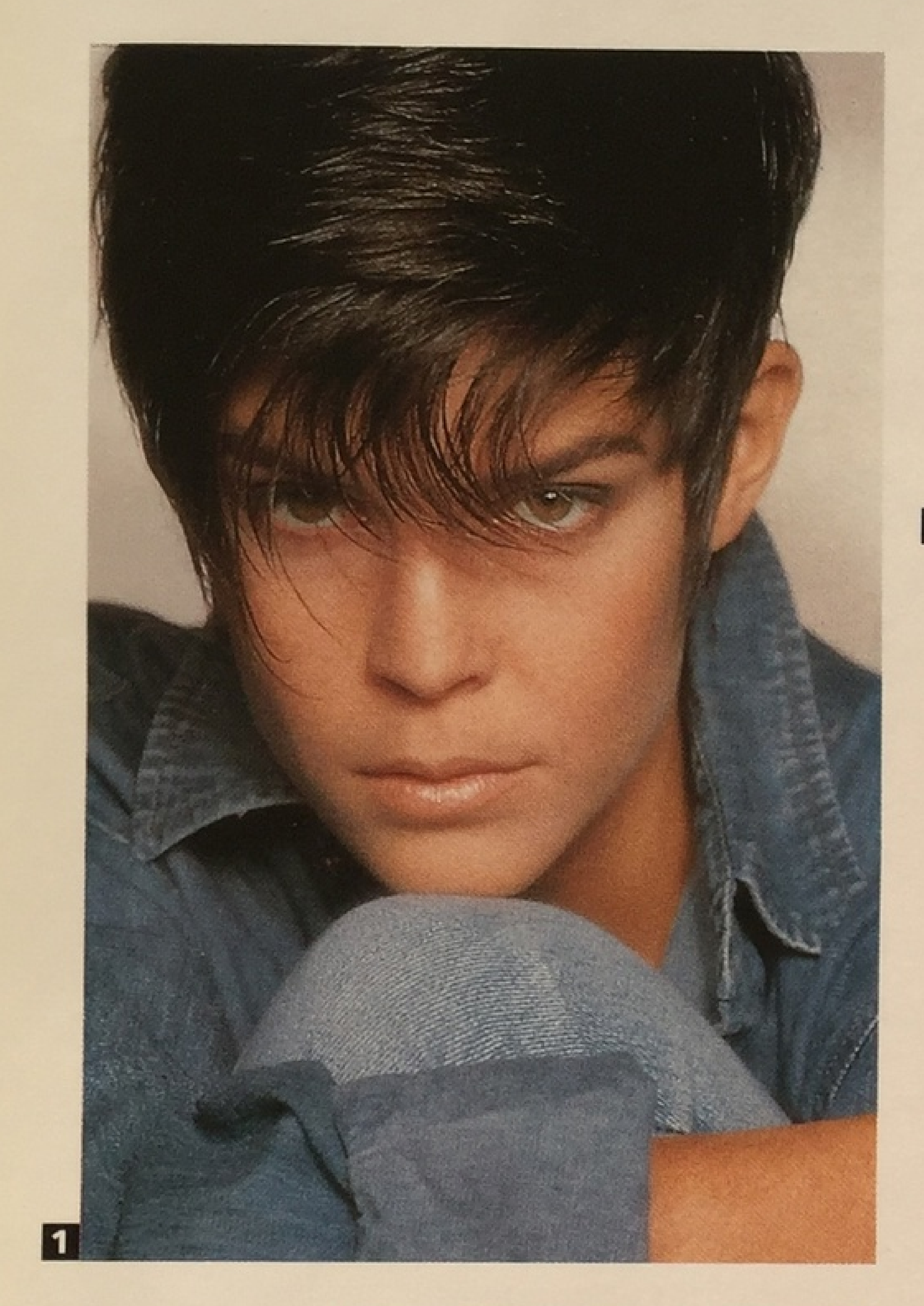
3. *Придется немного поколдовать со щипцами для ресниц: красивый загиб дополнительно привлечет к ним внимание.*

4. *Брови следует подкрашивать лишь по верхнему краю и не слишком густо. Волосяной пушок, растущий под бровью, надо удалить.*

ТОНКИЕ ГУБЫ

Все, что зрительно увеличит губы

Тонкие губы — это вовсе не ущерб внешности. Иногда это даже милая характерная черта. Но все же стоит изучить приемы, которые сделают ваши губы полнее, не перегружая их при этом помадой


1


3


4


2


5

1. *Либо: нанести слишком светлую помаду и…*

2. *…к середине губ прикоснуться хайлайтером — осветлителем — это увеличит их!*

3. *Либо: губы припудрить, чтобы помада держалась стойко, и потом…*

4. *…далеко, насколько возможно (но все же не вылезая за естественные пределы!) провести темным карандашом отчетливые контуры.*

5. *Для самой поверхности губ тоже не брать слишком темную помаду, она зрительно уменьшает губы. С увеличением, напротив, влияет блеск для губ, нанесенный поверх помады.*

ПОЛНЫЕ ГУБЫ

Лучше изысканно подчеркнуть, чем уменьшать

Хорошо тем, у кого полные, красиво изогнутые губы. Они кажутся чувственными и всегда в моде. Но чего следует избегать при полных губах — это блеска и слишком ярких тонов помады



1



2



3



4

1. *Великолепно выглядят губы, подкрашенные лишь контурным карандашом и от этого матовые.*

2. *Профессионалы это умеют, но для дилетантов трудно достижимо: контуры разместить внутри губ так, чтобы зрительно их уменьшить.*

3. *Если контуры получились слишком жесткими или слишком широкими, их надо растереть ватной палочкой внутрь. Часто этим можно ограничиться в макияже губ.*

4. *Великолепный эффект, но даже профессионалам он дается нелегко: контуры губ обвести белым карандашом. Затем чистой губной кисточкой растереть белизну в грунтовку — без переходов.*

ВЕСНУШКИ

Не прячьте их под толстым слоем макияжа!

Обесцвечивать их давно перестали. Но и замазывание ничего не дает. Ибо эти коричневые пятнышки либо все равно просвечивают — и тогда кожа выглядит неопрятной, — либо грунтовка накладывается таким толстым слоем, что лицо приобретает ненатуральный вид





1. *Для мягкого выравнивания между светлыми и пятнистыми местами применяется не слишком темный тонирующий крем или прозрачная светлая грунтовка. Часто бывает достаточно легкого припудривания.*

2. *Розоватыми румянами-пудрой придать щекам и вискам легкое свечение.*

3. *Для теней и губной помады тоже выбирать лишь пастельные тона и наносить их очень скупо — так, чтобы кожа просвечивала. Яркие и темные цвета на веснушчатой коже выглядят слишком грубо.*

4. *Единственное исключение — ресницы. Если их тщательно не накрасить черной тушью, глаза потеряются.*

БЛЕДНАЯ КОЖА

Сделать все, чтобы подчеркнуть ее красоту!

Благородная бледность вошла в моду, особенно с тех пор, как озоновые дыры сделали смуглый загар проблематичным. Но не бойтесь: кожа Белоснежки выглядит вовсе не пресно, если правильно оттенить ее



1



2



3



4



5

1. *Светлая кожа требует темных теней. Вокруг глаз нанести специальный светлый крем.*

2. *Если кожа небезупречна, нанести прозрачную грунтовку с легким розовым оттенком и затем припудрить светлой пудрой.*

3. *Румяна нанести лишь нежным налетом, исчезающим на щеках.*

4. *Великолепный контраст: матово, но темно накрашенные, тщательно обведенные по контуру губы.*

5. *Красновато-коричневые тени для век подчеркнут благородную бледность. То же самое сделают легчайшие дымчатые тени фиолетового или серого оттенка.*

МАКИЯЖ ПОД ОЧКИ



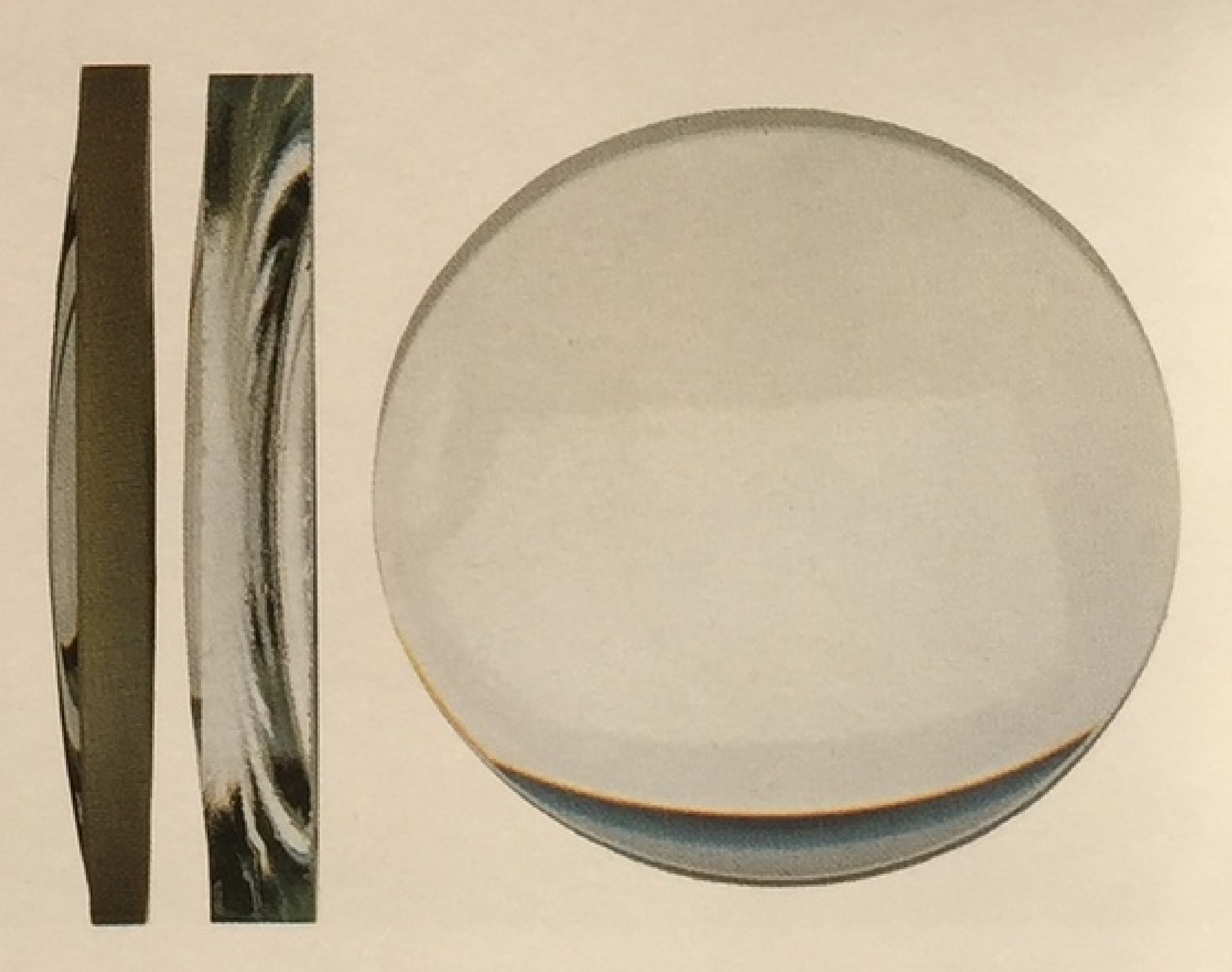
1

Нежные тени лучше, чем жесткие линии

*Как благоприятнее подкраситься женщинам, которые носят очки — это зависит от того, близорукие они или дальнозоркие. У дальнозорких глаза и веки за стеклами часто кажутся ненатурально большими (**1**). За минусовыми же стеклами глаза, напротив, кажутся слишком маленькими (**2**)*



2



3

3. *Эффекта увеличения или уменьшения можно избежать, нося более тонкие — так называемые стекла с высокой разрешающей способностью (слева).*
Для дальнозорких глаз очень хороши А-сферические линзы, оптически приглушающие рисунок век и глазных яблок

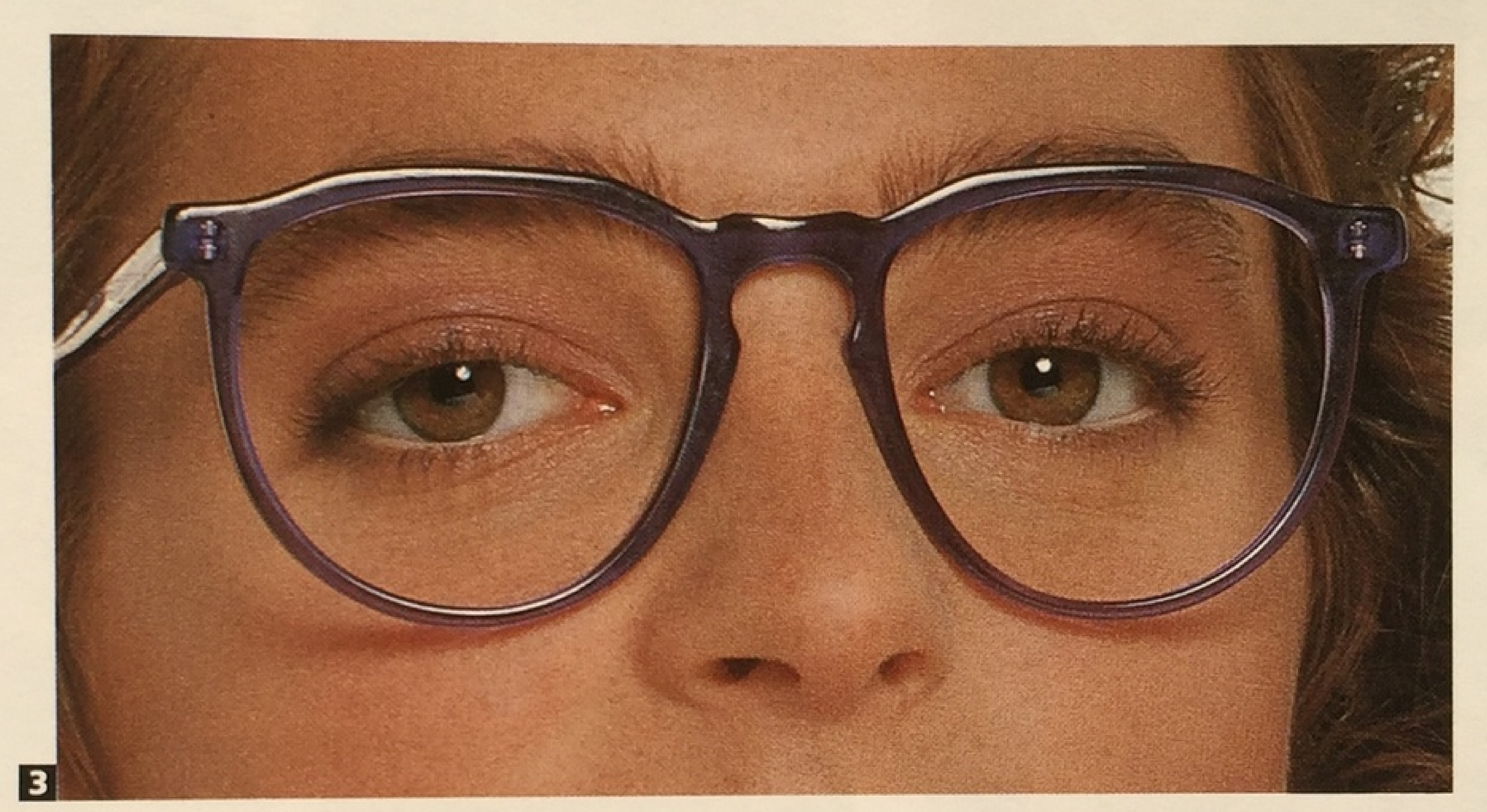
Макияж, не увеличивающий глаза

В макияже есть правило: темные цвета зрительно отодвигают оттененные места вглубь. Но при глазном макияже под увеличивающими стеклами это правило не действует: увеличение почти сводит на нет эффект увода в глубину.

1. *От темного века и кайала нужно отказаться совершенно и вместо этого применить нежную игру прозрачных серых тонов.*
2. *Комбинации с пастельными тонами тоже хороши.*
3. *При плюсовых стеклах особенно следите за тем, чтобы не склеивались ресницы.*


1


2


3


1

Макияж, который не сделает ваши глаза еще меньше

Обычно осветленные места лица как бы выступают вперед. Однако под сильно уменьшающими стеклами этот эффект не сказывается, напротив: глаза становятся еще незаметнее. Поэтому применяют сильные и темные цвета. Но краски наносят прозрачно и распределяют по всему веку. И ни в коем случае не проводят темную черту.

1. *Краски с блеском и белый кайал зрительно увеличивают.*
2. *Серые тени, сгущающиеся вверх.*
3. *Здесь коричневые тени наносятся очень нежно, но зато на большую поверхность.*


2


3

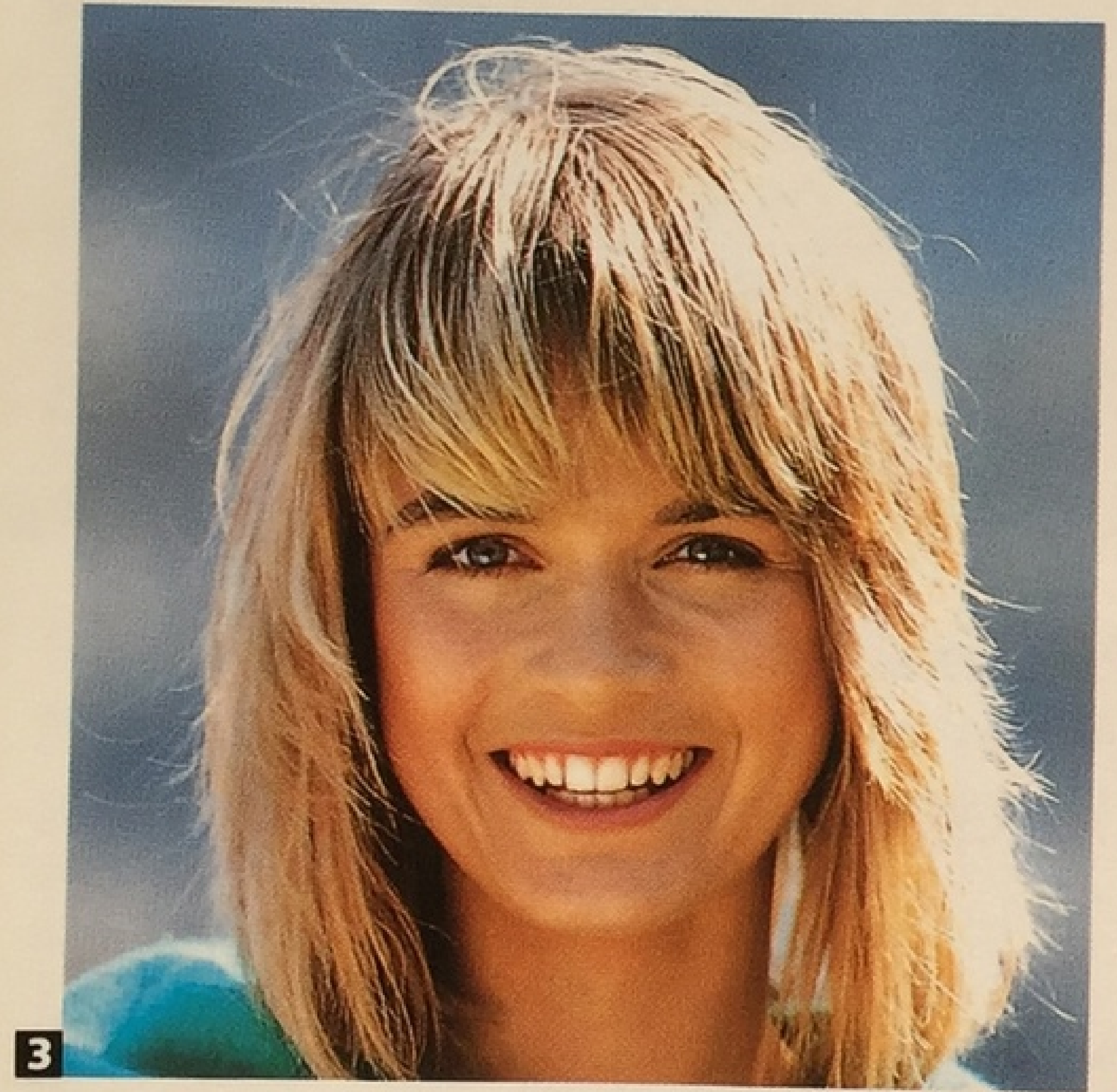
ФОРМА ЛИЦА

Прически, которые подходят к круглому лицу

Тут хорошо все, что имеет контуры, прерывающие округлость формы. Не годится: встопорщенные или строго зачесанные с лица волосы


1


2


3


4


5


6

1. *Красиво и женственно: длинные волосы, кудрявые от природы или с химической завивкой, взбитые с гелем, чтобы волосы не были слишком пышными и не топорщились.*

2. *Очень хороша асимметричная короткая стрижка с контурами, прикрывающими щеки.*

3. *Стрижка до плеч с «бахромой», которая создает игру прядей вокруг щек, тоже благоприятна.*

4. *Объемные локоны надо стричь асимметрично; они не слишком длинные и по контуру восходят вверх.*

5. *При длинных прямых волосах асимметрия тоже желательна. Чтобы одна сторона сильнее падала на лицо, скрывая его ширину, изгиб надо лбом зачесывается с феном и гелем.*

6. *При круглом лице стрижка под пажа должна кончаться на высоте уголков рта*



1



2



3



4



5



6

Прически, оптимальные для треугольного лица

Совершенно очевидно: подбородок не должен в данном случае оставаться без прикрытия или по крайней мере должен получить себе оптический противовес. С полудлинной стрижкой, которая заканчивается на высоте подбородка, этого добиться легче всего.

1. *Изгиб прядей по краю стрижки восполняет собой то, чего недостает лицу в области подбородка. Прямая строгая челка создает хороший горизонтальный противовес.*

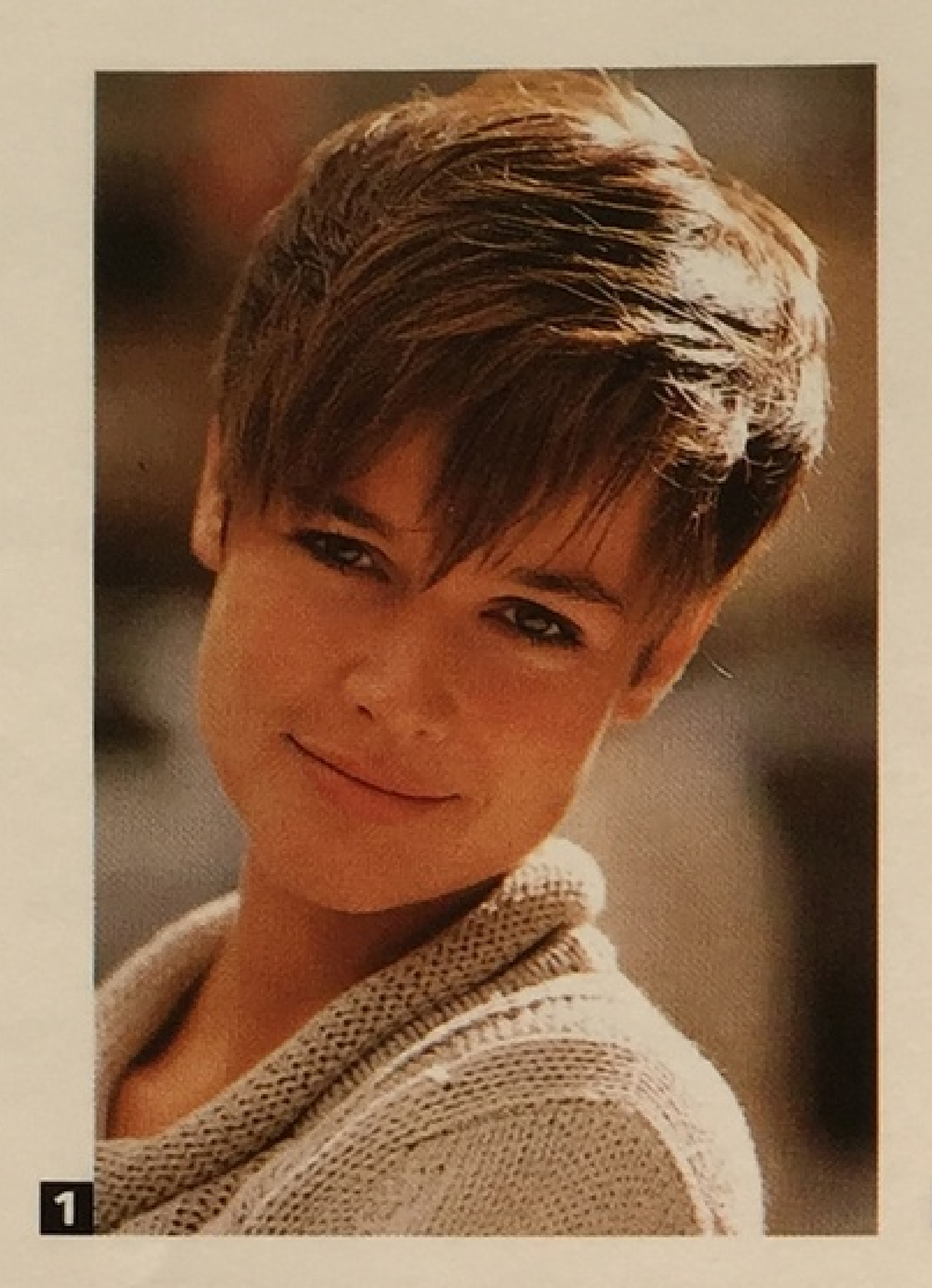
2. *Если до плеч пышно спадают обильные кудри, то острый подбородок не бросается в глаза.*

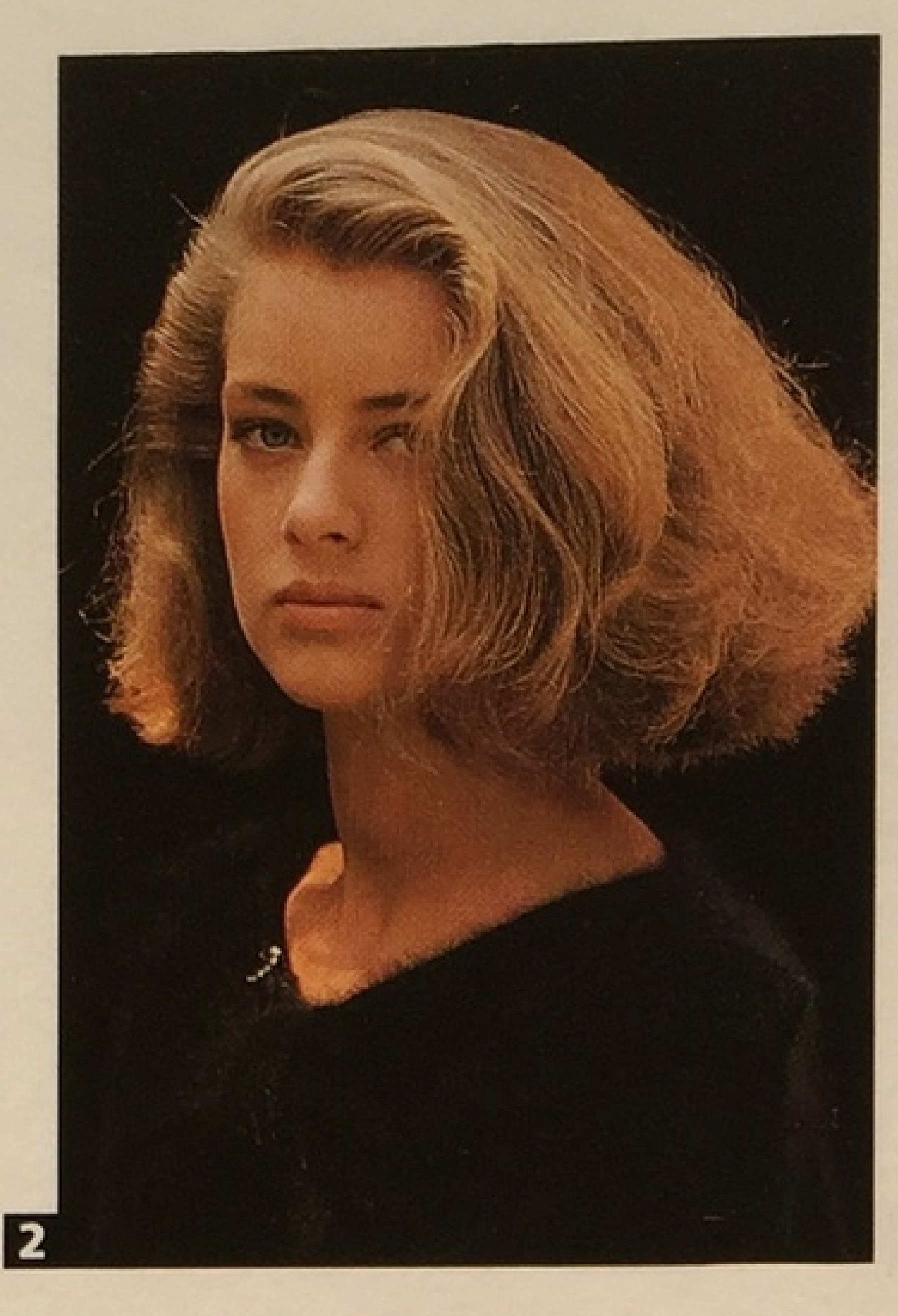
3. *Кончиками волос, загнутыми в стороны, форма подбородка очевидно уравновешивается.*

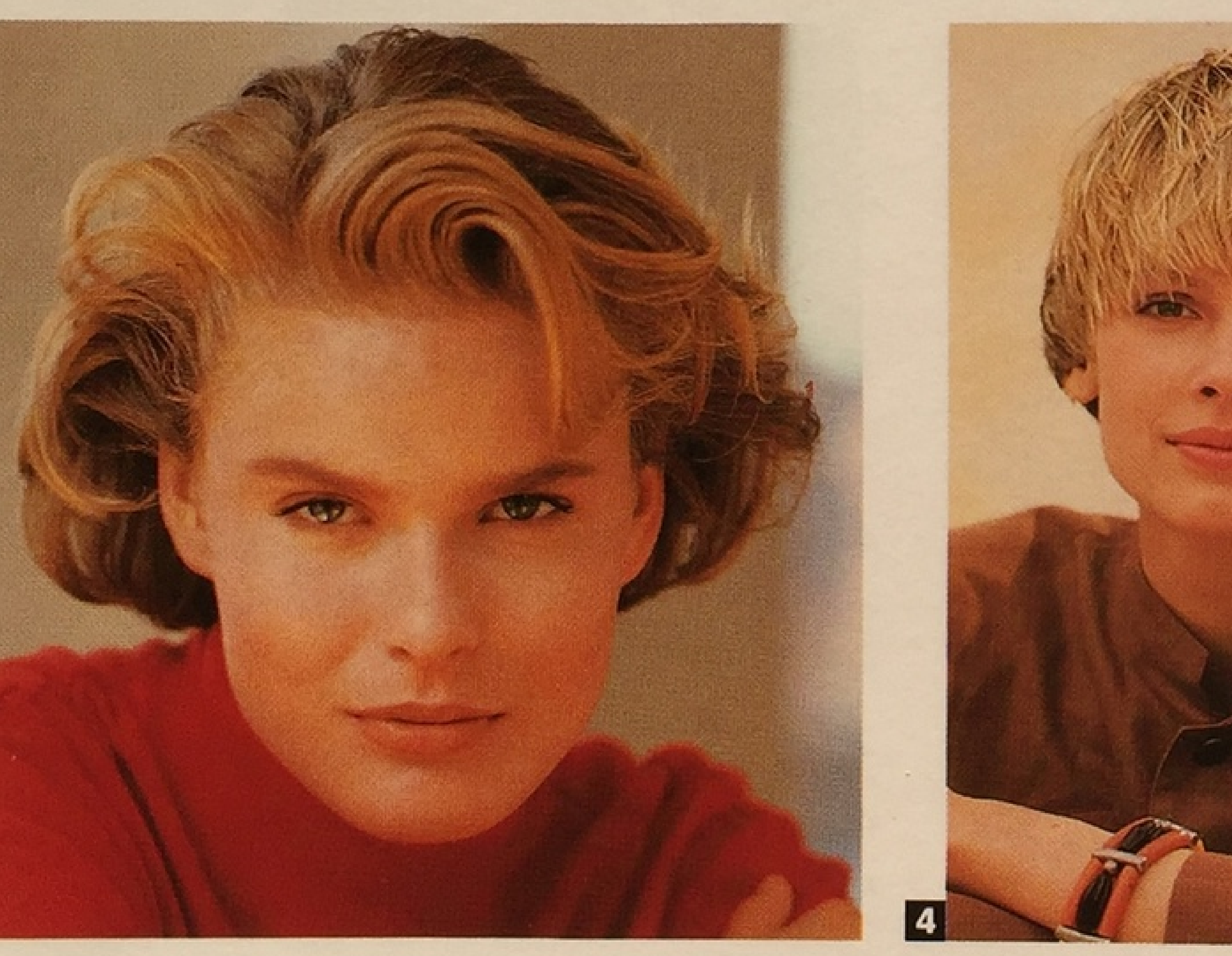
4. *Прямой пробор и концы волос, загибающиеся внутрь, переворачивают форму лица как раз наоборот и таким образом выравнивают его треугольник.*

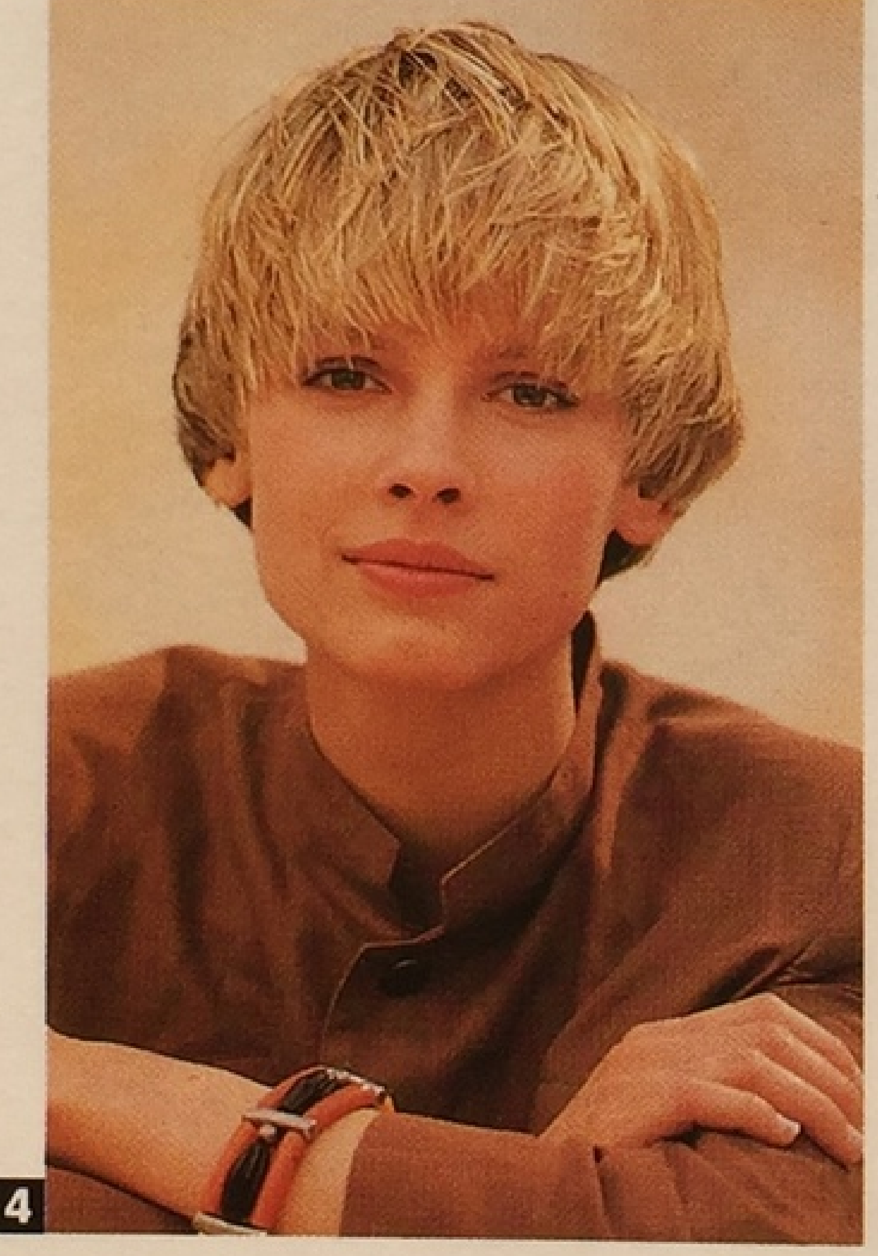
5. *Асимметричная волна волос до плеч хороша при любой форме лица.*

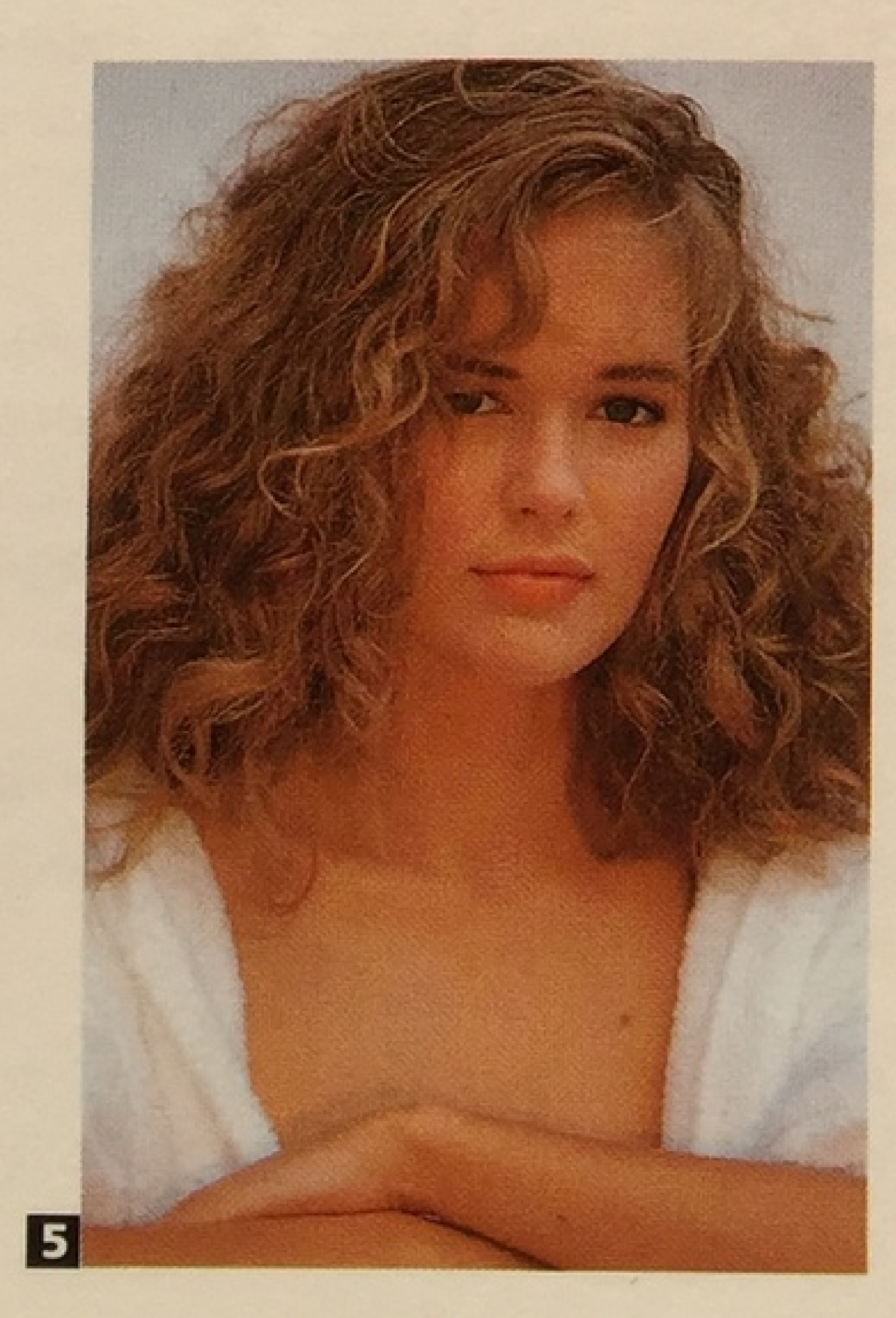
6. *Тот же прием, что и на фото 4, еще лучше работает при кудрявых волосах*

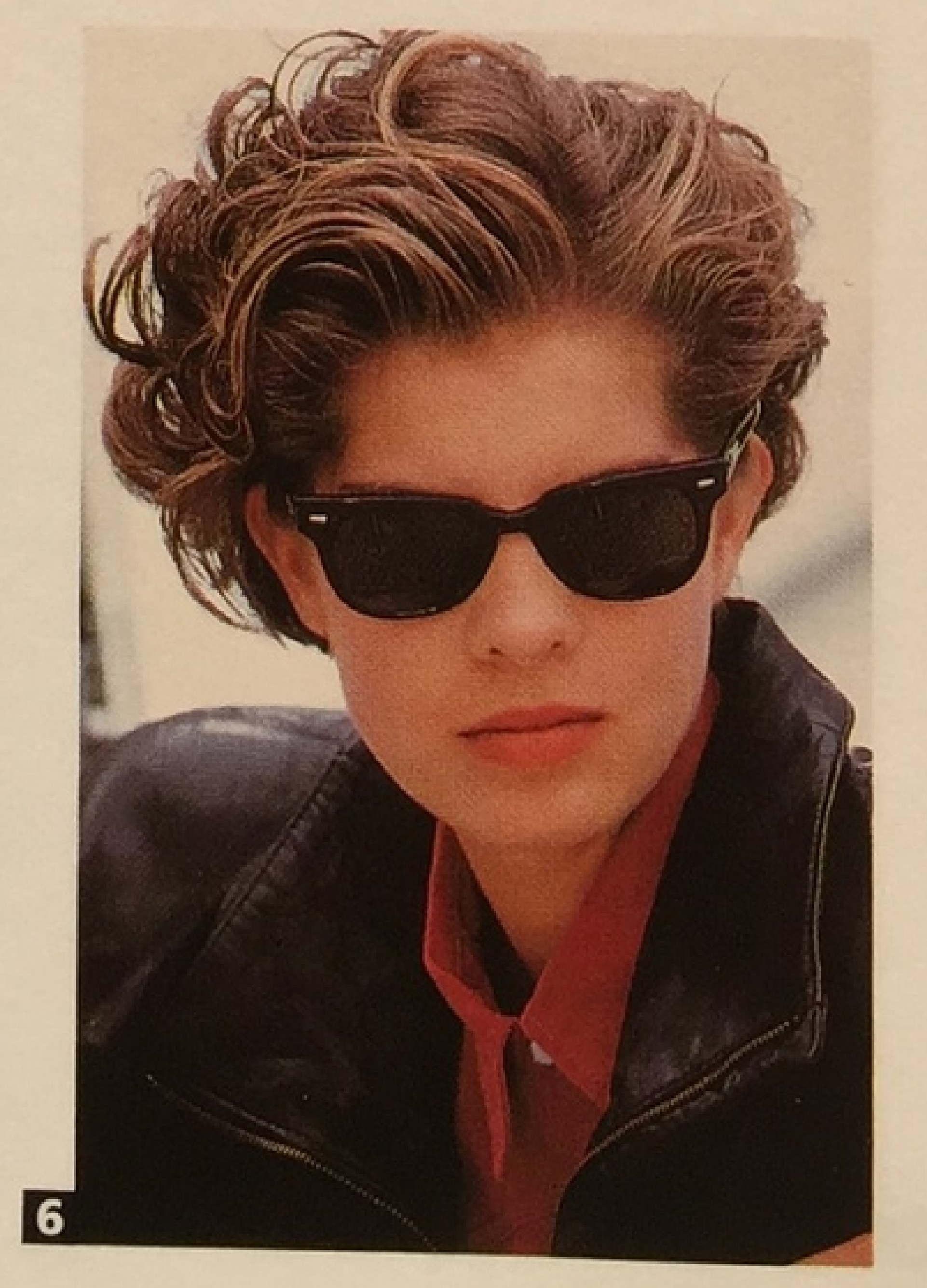












Прически для четырехугольного лица

При угловатых контурах лица надо избегать четких линий в стрижке. Преимущества здесь имеют асимметричные прически, мягко сглаживающие формы лица

1. *Короткая стрижка должна не окаймлять лицо надо лбом, а «бахромистой» челкой ступенчато спадать на лицо — как на снимке.*

2. *Благоприятно смотрится подчеркнуто асимметричная волна подстриженных волос, мягко скрадывающая угловатость лица.*

3. *Здесь лицо полностью открыто взгляду, однако эффектно обрамлено мягкими волнами волос.*

4. *Когда лоб просторный, а граница волосяного покрова угловатая, лучше всего все волосы сверху зачесывать вперед в виде длинной ступенчатой челки.*

5. *Волосы прикрывают все контуры лица так, что угловатость их целиком скрыта.*

6. *Идеальная пара к четкому контуру подбородка: крупный S-образный изгиб волос надо лбом.*

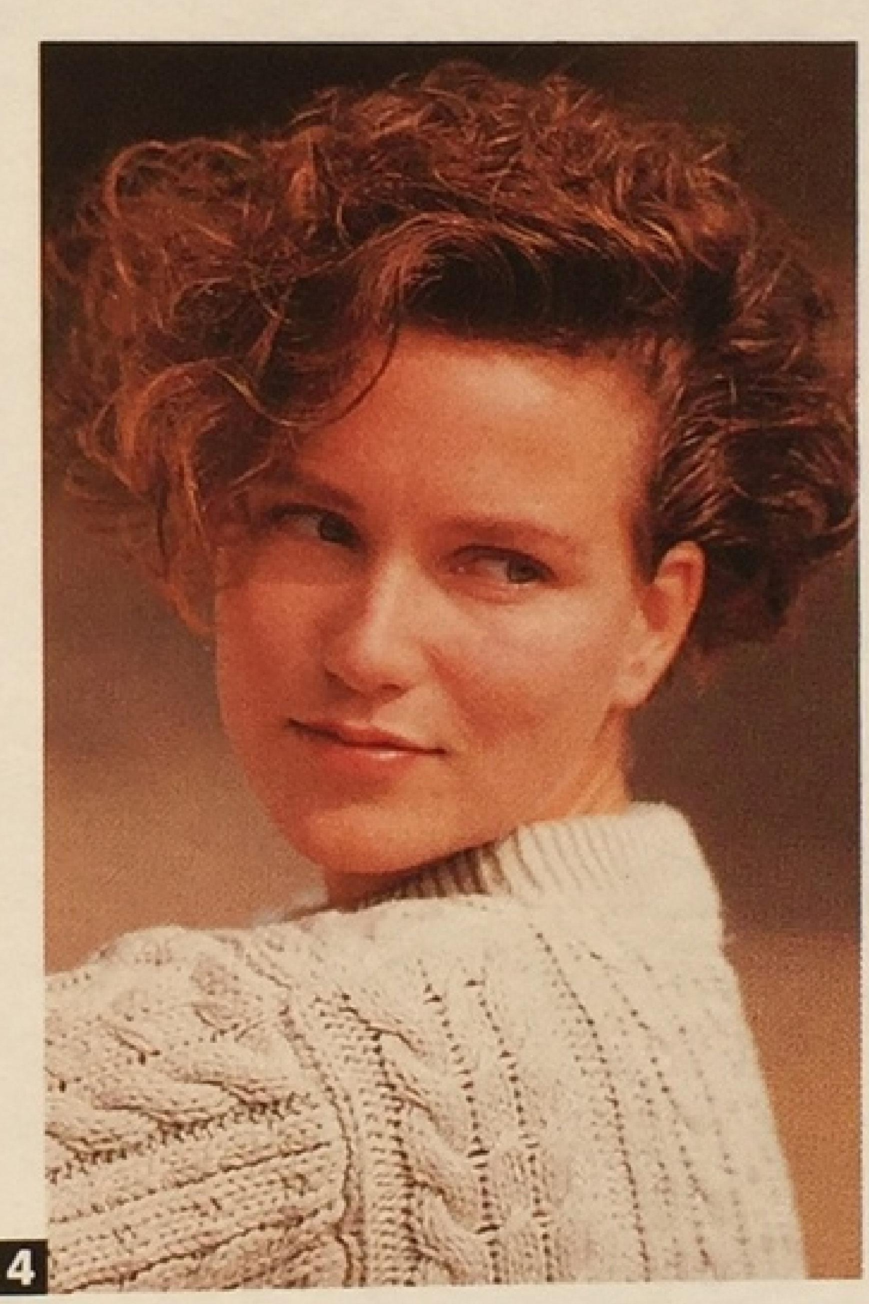

1


2

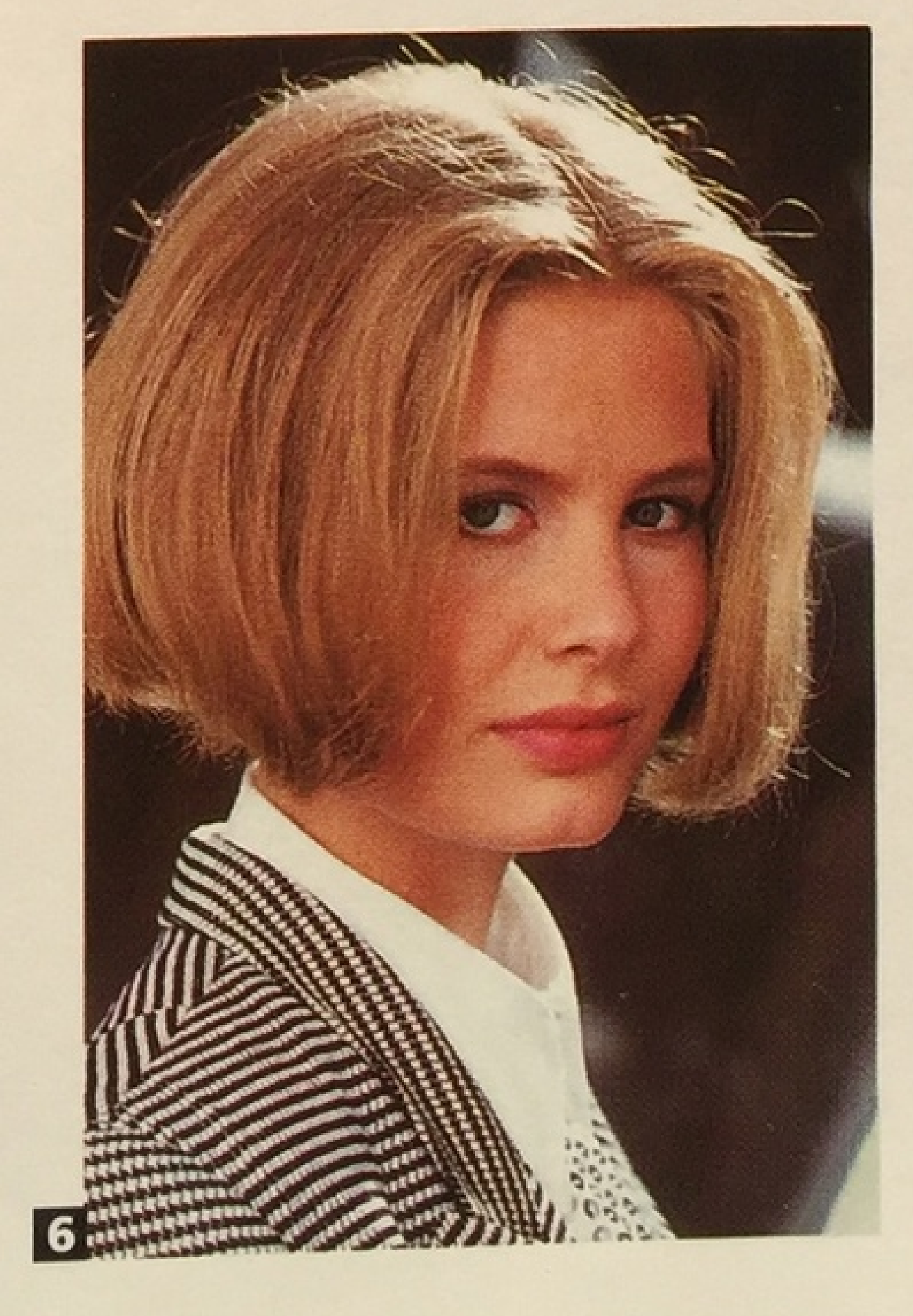
Если лицо вытянутое и узкое...

...тогда у вас есть две возможности: пышность волос по сторонам лица (это создаст некоторую видимость ширины) или контуры, которые эффектно прерывают удлиненность формы.

3


4


5


6

1. *При короткой стрижке важно придать волосам как можно больше объема и движения.*

2. *Длинные волосы при узком лице должны быть не гладкими, а завитыми, пышными и ступенчато срезанными.*

3. *Короткий бобслей с бахромистыми, спадающими на щеки сторонами — это идеально для вытянутого лица.*

4. *Кудрявая шапка волос от уха до уха и длинная косая челка оптически способствуют выравниванию.*

5. *Волосы по бокам завиваются то наружу, то внутрь; неровно разделенная пышность воздействует позитивно.*


6. *Здесь решающим является то, что волосы у самого пробора приподняты феном и зафиксированы лаком, так что, ниспадая вниз до подбородка, они широко отставлены друг от друга*



ПЯТАЯ ГЛАВА

Правильный выбор цвета

- Цветовые типы и их признаки
- Как определить собственный тип
- Идеальный макияж для каждого типа
- Правильные цвета косметики



ВЕСЕННИЙ ТИП

Словесный портрет: нежная, светлая кожа с золотисто-желтой (не голубоватой) подсветкой, часто как бы припорошенная желтоватым персиково-розовым румянцем. Светлые волосы склонны к золотистой желтизне



Фото слева: главное требование при макияже: отвергать все, что воздействует с силой. Грунтовка должна быть чуть желтоватой и настолько прозрачной, чтобы просвечивали веснушки. Для губ и щек выбирать розоватые оттенки, скорее склоняющиеся в сторону желтого. Для век хороши пастельные тона, которые слегка приглушены светло-серым или коричневым, если вы не хотите выглядеть слишком пестро. Ни в коем случае не применять черную тушь. Фото справа: характерно для макияжа весеннего ти-
па — свежие, ясные и совсем нежные пастельные тона, которые неизменно склоняются в абрикосовые оттенки. Тушь для ресниц — цветная!

● Ваш цветовой тип определяется естественной пигментацией кожи, волос и радужки глаз. У весеннего и осеннего типов (как следует по типологии «времен года») природные пигменты играют в области теплых, желтоватых тонов, тогда как у зимнего и летнего типов — скорее в холодной области голубоватых оттенков. Подходящие цвета: свежие и легкие для весеннего типа, насыщенные и тяжелые для осеннего, приглушенные и дымчатые для летнего, ясные и оживленные для зимнего.
Советуем женщинам весеннего типа сохранять при макияже нежность и прозрачность собственных тонов. Все, что густо покрывает и расставляет сильные акценты, не подходит им.


1

● Грунтовка: жидкая и очень прозрачная, цвета слоновой кости или желтоватый беж — в зависимости от натурального цвета кожи. Летом на полтона темнее, поскольку весенний тип, несмотря на свою нежную кожу, часто хорошо загорает.

● Румяна: цвета лосося, летом добавляется также бронзовая пудра теплых коричневых тонов.

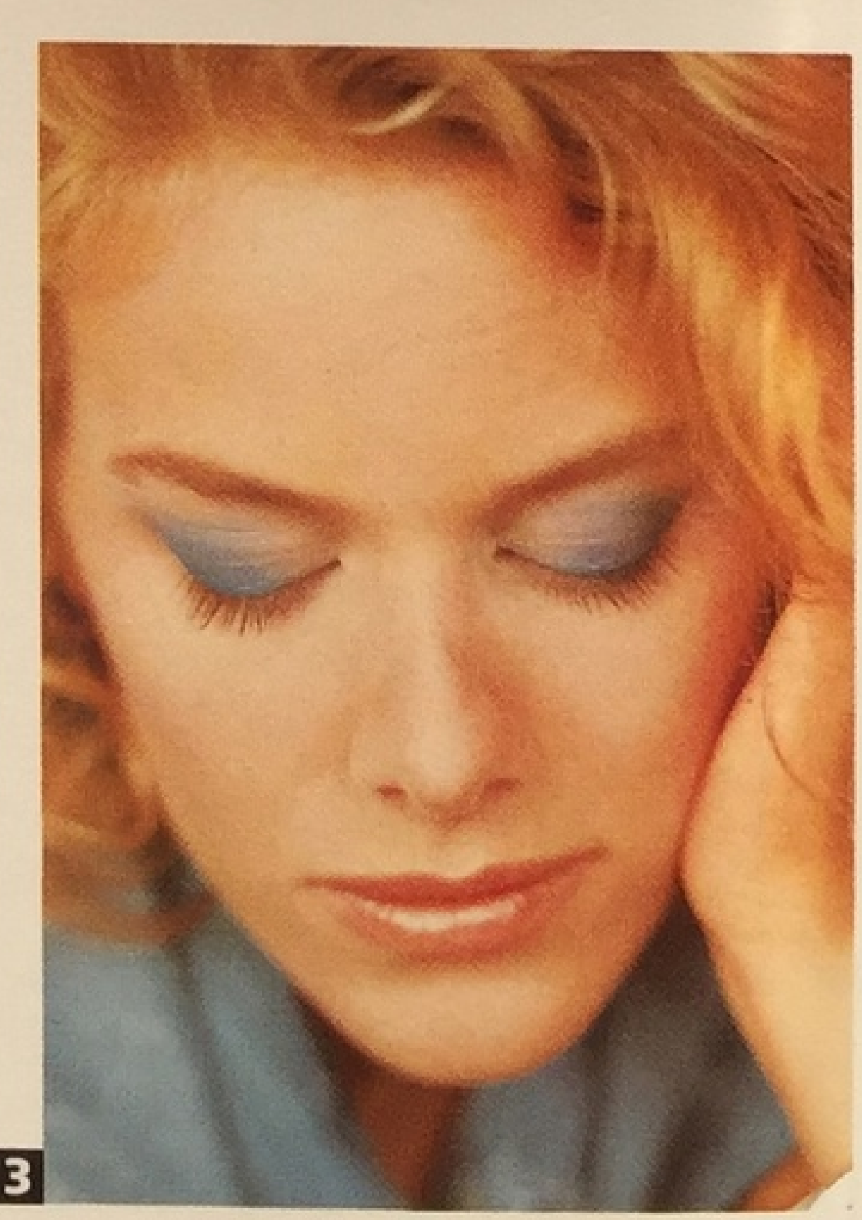
● Губная помада: розовый цвет лосося, омарово- или кораллово-красный, наносить не слишком густо или пользоваться вместо помады прозрачным бесцветным блеском.


2

● Тени для век: поскольку у весеннего типа преимущественно светлые глаза, цвет которых варьируется от голубого до бирюзового и от серо-зеленого до золотисто-карего, им лучше идут пастельные тона. Цвета, недостаточно нежные, надо приглушить бесцветной пудрой или светло-серыми тенями.

● Карандаш для век (кайал): ни в коем случае не применять черный, самое темное — серый или коричневый, но лучше всего голубой или зеленый. Очень хорошо: белый кайал на нижнее веко, комбинированный или смешанный с каким-нибудь цветным.

● Ресницы и брови: черное запрещено и здесь. Для бровей подойдет нежный коричневый; можно золотым карандашом прочертить среди волосков светлые штрихи. Тушь теплого голубого или зеленого тона никакому другому типу не идет так, как весеннему.

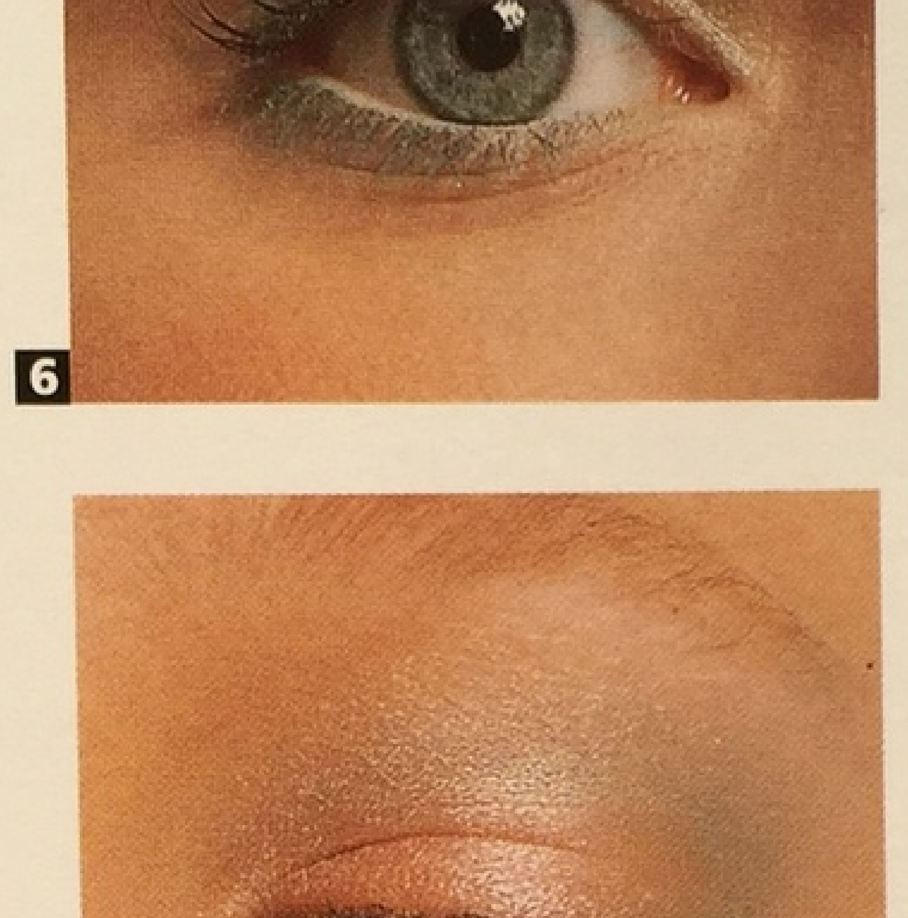

3



4



6





7



8



5

Конечно, одна женщина весеннего типа ничем не похожа на другую того же типа, но у них есть общие признаки. Особенно характерные: теплый оттенок светлых волос и нежный цвет лица. Женщины весеннего типа должны носить наряды теплых пастельных тонов или тонов свежих весенних цветов, и к этим нарядам — скорее легкий макияж (см. слева).

1. *Губная помада, румяна и тени для век цвета лосося, коричневая тушь и белый кайал на нижнем веке.*

2. *Рыжеватый оттенок волос гармонирует с теплым оранжевым цветом куртки.*

3. *Джинсовая голубизна — один из основных цветов весеннего типа, если он не сероватый (это же касается теней для век).*

4. *Фиалково-голубой и майская зелень — вот отличная комбинация для весеннего типа. Волосы прядями выкрашены в теплые оттенки светлых нюансов.*

5. *Всего три краски, но выбранные точно: золотой цвет волос, синева и на губах цвет лосося.*

6. *Макияж для глаз в припудренных пастельных тонах и с белым кайалом.*

7. *Удачное сочетание цветов: тени цвета лосося, светло-синие и светло-зеленые; бирюзовая тушь.*

8. *Майская зелень и сиреневый цвет: это сильные весенние цвета для настоящего весеннего типа.*



ЛЕТНИЙ ТИП

Словесный портрет: по большей части светлый, иногда переходящий в оливковый, цвет лица, но с голубоватым подкожным свечением. Цвет волос колеблется между светлым и коричневым и всегда имеет пепельный оттенок (в противоположность золотистому тону весеннего типа)

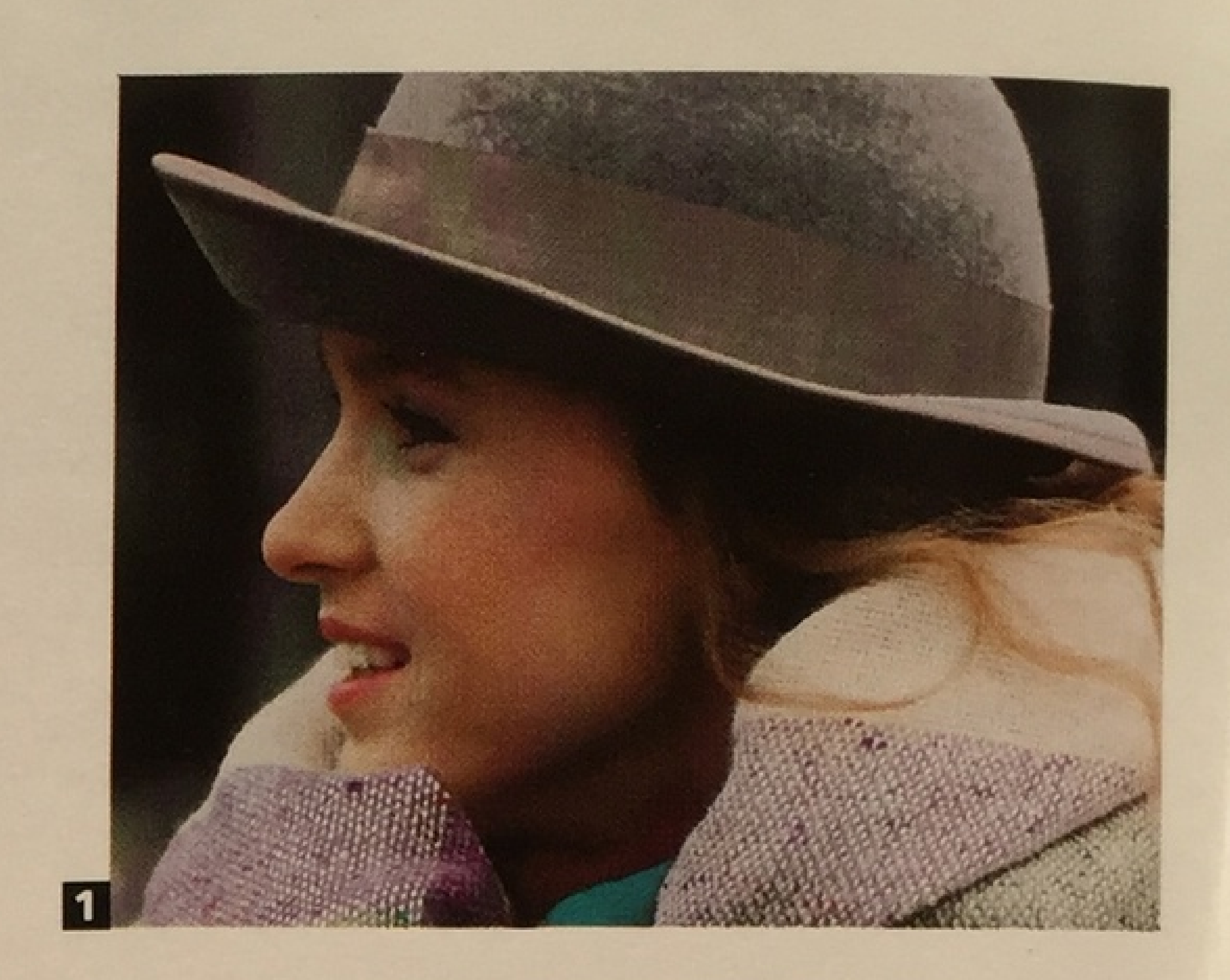


Фото слева: подходящей для голубоватого подкожного оттенка будет грунтовка нейтрально-бежевого цвета или имеющего склонность к розовому. Помада и румяна тоже голубоватых нюансов. Для глаз хорошо: комбинация из холодного, как бы завешенного дымкой (можно также с серебристым мерцанием) голубого, бирюзового или фиолетового. Серо-антрацитовая тушь оптимальна. Фото справа: нейтральный беж, холодный едко-розовый, голубовато-стальной и приглушенно-розовый — вот правильный выбор цветов для летнего типа

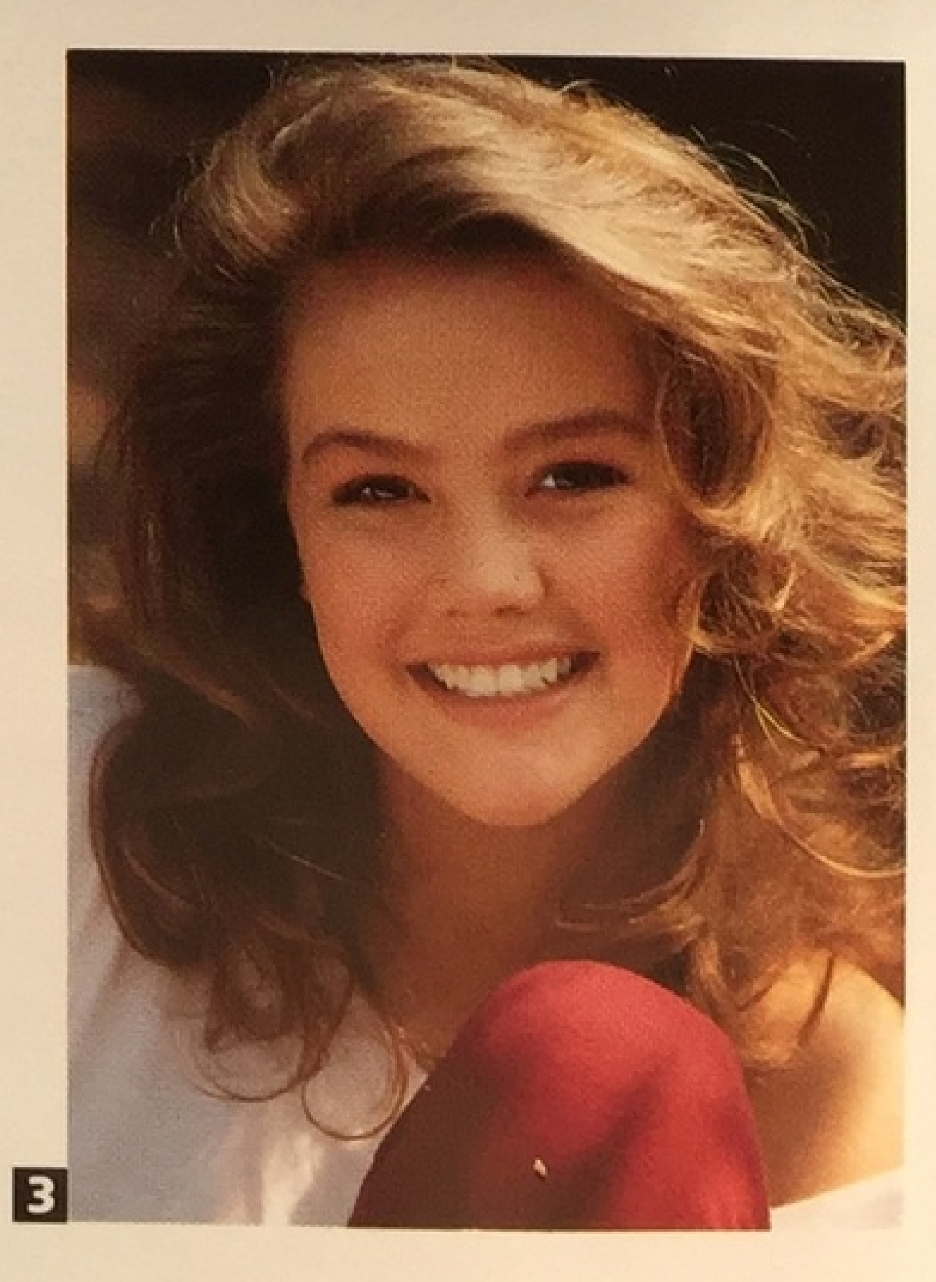
Самое трудное для летнего типа — правильно определить свою принадлежность. Основные признаки — на первый взгляд — частично противоречивы и могут склонить вас к ошибочной интерпретации. Например, цвет лица: он может быть очень светлым, розоватым и плохо принимающим загар, но иногда имеет оливковый оттенок и на солнце приобретает ореховый тон. При ближайшем рассмотрении все же в обоих случаях обнаруживается характерный голубоватый подкожный тон, который совершенно однозначно задает цвета одежды и косметики как холодные, часто в дымчатых и молочных оттенках. Если у летнего типа есть веснушки, они серо-коричневого цвета.

В детстве летний тип бывает пепельно-светловолосым и потом с взрослением темнеет — к его сожалению, в сторону «мышино-коричневого». Цвет глаз чаще всего серо-голубой, светло-голубой, серо-керосиновый, зелено-голубой или ореховый.

- Грунтовка: выбор цвета зависит от того, светлая ли кожа или со склонностью в оливковый оттенок. В первом случае подходят светлые бежевые тона — нейтральные или с розовым.
- Румяна: светло-серые приглушенные розовые лучше всего.
- Губная помада: матовый голубовато-розовый, а также едко-розовый, если он не очень агрессивный, нежно-фиолетовый и свежий арбузный. Будьте осторожны: летний тип с сильным цветом губной помады производит впечатление избыточно накрашенного.
- Тени: холодные, дымчатые пастельные тона, но можно и коричневые, если их оттенок вместо красного больше склоняется к серому. Фосфорически-желтый и холодно-розовый. Летнему типу больше, чем всем остальным, к лицу перламутровый блеск.
- Кайал: не черный, но светло- и темно-серый, холодный синий, зеленый и бирюзовый.
- Ресницы и брови: серые или, если глазам необходимы более четкие контуры, черный. Будьте осторожны с цветной тушью — у летнего типа она смотрится беспокойно. Для бровей — холодные, матово-коричневые тона, но не черный.

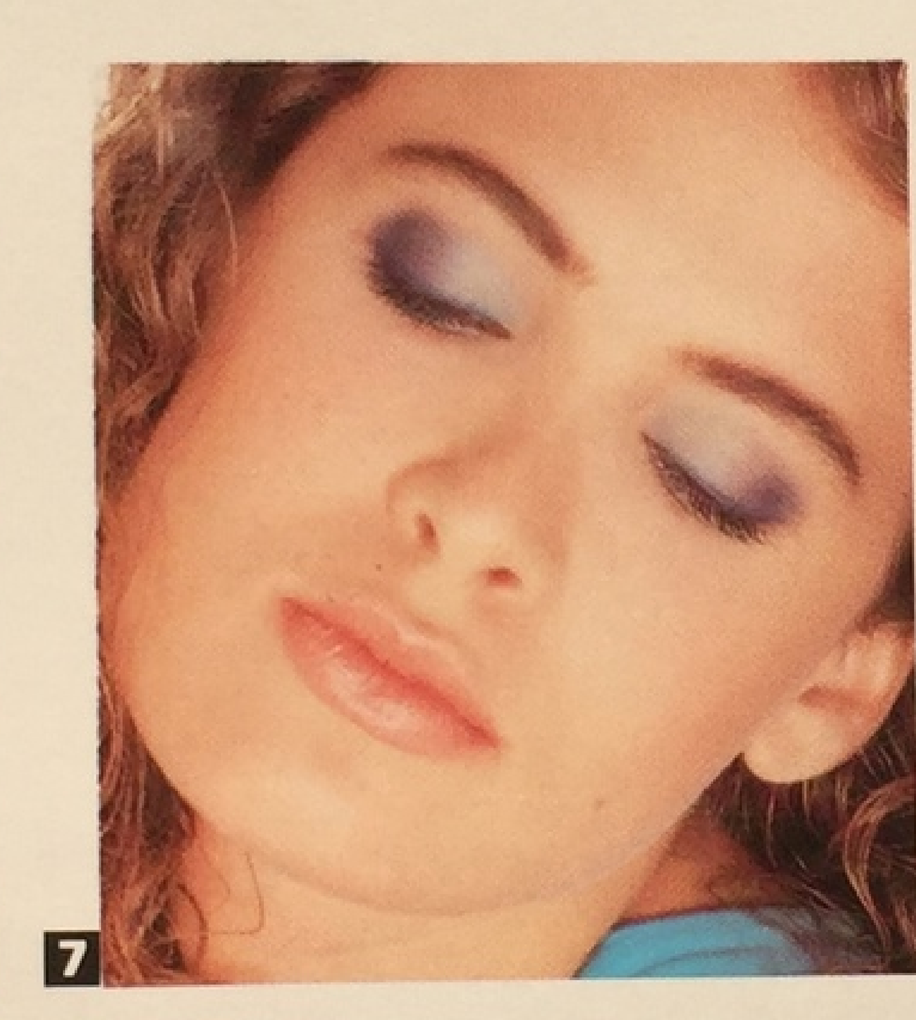

1


2


3


4


6


7


5


8

1. *Нежно-фиолетовый и притупленная роза — оптимальные цвета, которые к лицу любой женщине летнего типа. С этим сочетается: приглушенная роза на губах и щеках.*

2. *Серебристо-мерцающие тона на губах, на веках и в одежде может позволить себе только летний тип (и то лишь вечером). Особенно это хорошо при пепельно-коричневых волосах.*

3. *Этот летний тип относительно редок: с сильно пигментированной кожей и ореховыми глазами. Им к лицу баклажанный и холодный красно-коричневый цвет.*

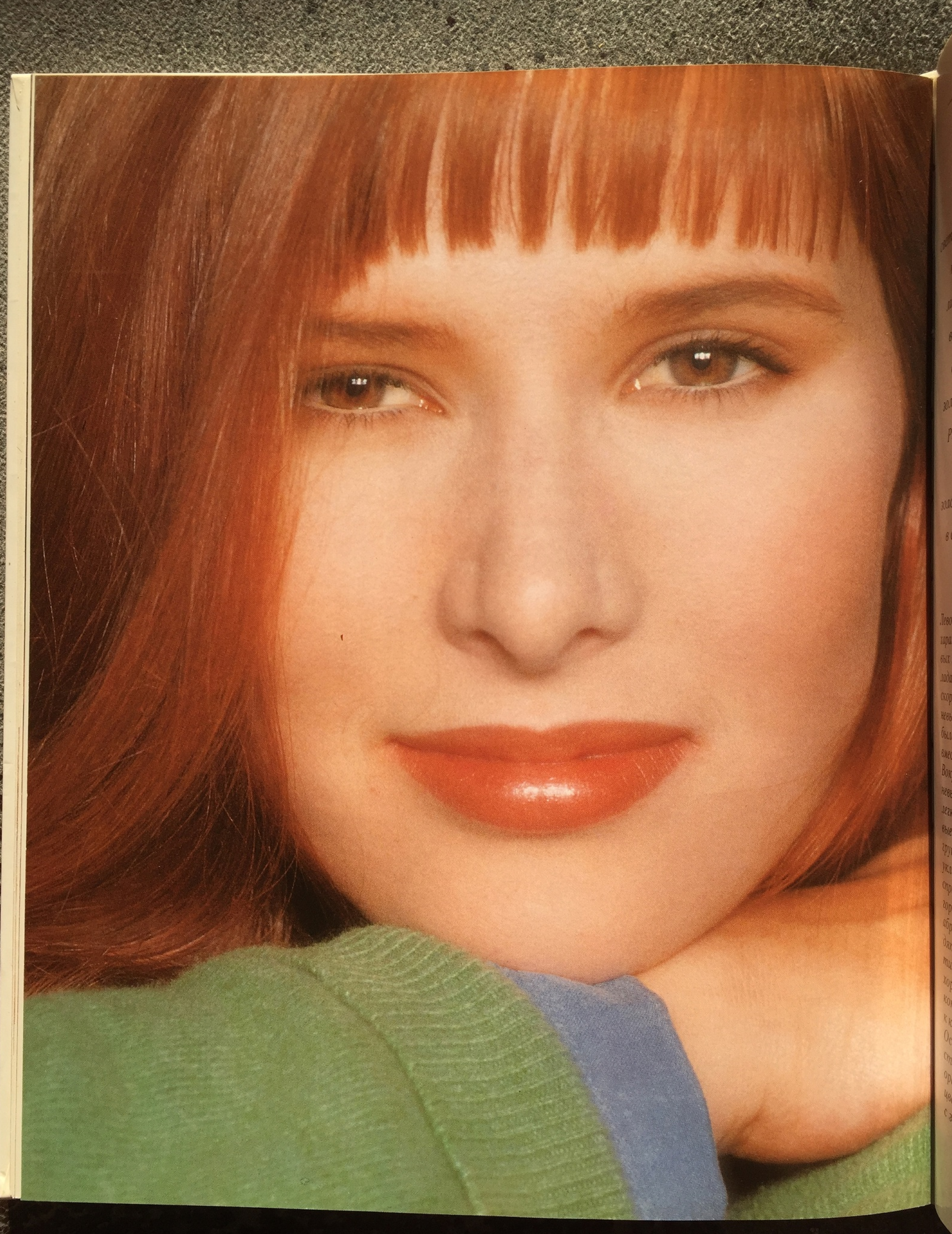
4. *Летний тип со светлой кожей и темно-коричневыми волосами может великолепно выглядеть в баклажанном цвете — особенно с соответствующей укладкой волос.*

5. *Холодный едко-розовый и холодный голубой образуют декоративную гамму с мерцающими пепельно-светлыми волосами.*

6. *Гармония в нежных ледяных тонах. А чтобы они не казались такими уж холодными, на губах и веках — красно-коричневый цвет с оттенком серого.*

7. *Для летнего типа, который хорошо загорает: сиреневые тени и холодные тона аквамарина. К этому — мерцающе-розовый на губах.*

8. *Перламутрово-розовый на ногтях, губах и веках — это тоже привилегия летнего типа. Вместе с едко-розовым аксессуаром перламутровая роза делает даже черный цвет переносимым на летнем типе — цвет, который во всех других случаях обедняет этот тип.*



ОСЕННИЙ ТИП

Словесный портрет: светлая кожа с золотистым подкожным свечением — либо очень прозрачная и с веснушками, либо интенсивного персикового или золотисто-бежевого тона. Рыжие волосы! Если нет, то, по крайней мере, золото всегда поблескивает в светлых или коричневых волосах.



Левое фото: волосы и макияж в характерных красно-коричневых нюансах. В волосах преобладает золотой тон, а на губах скорее матовый красно-коричневый, чтобы гармония не была слишком изысканной (и вместе с тем скучноватой). Вокруг глаз красновато-коричневые тени, нанесенные очень легко. Ресницы и брови коричневые, румяна персикового цвета, грунтовка светло-бежевая с уклоном к цвету лосося. Фото справа: хаки, оливковый или горчичный, керосиновый и абрикосовый тоже подходят для макияжа осеннего типа. К губам и ногтям хороши все красные тона, которые склоняются к коричневому и желтому. Осенний тип — единственный, кому к лицу оранжевое или медноцветное — вечером даже с золотым блеском.

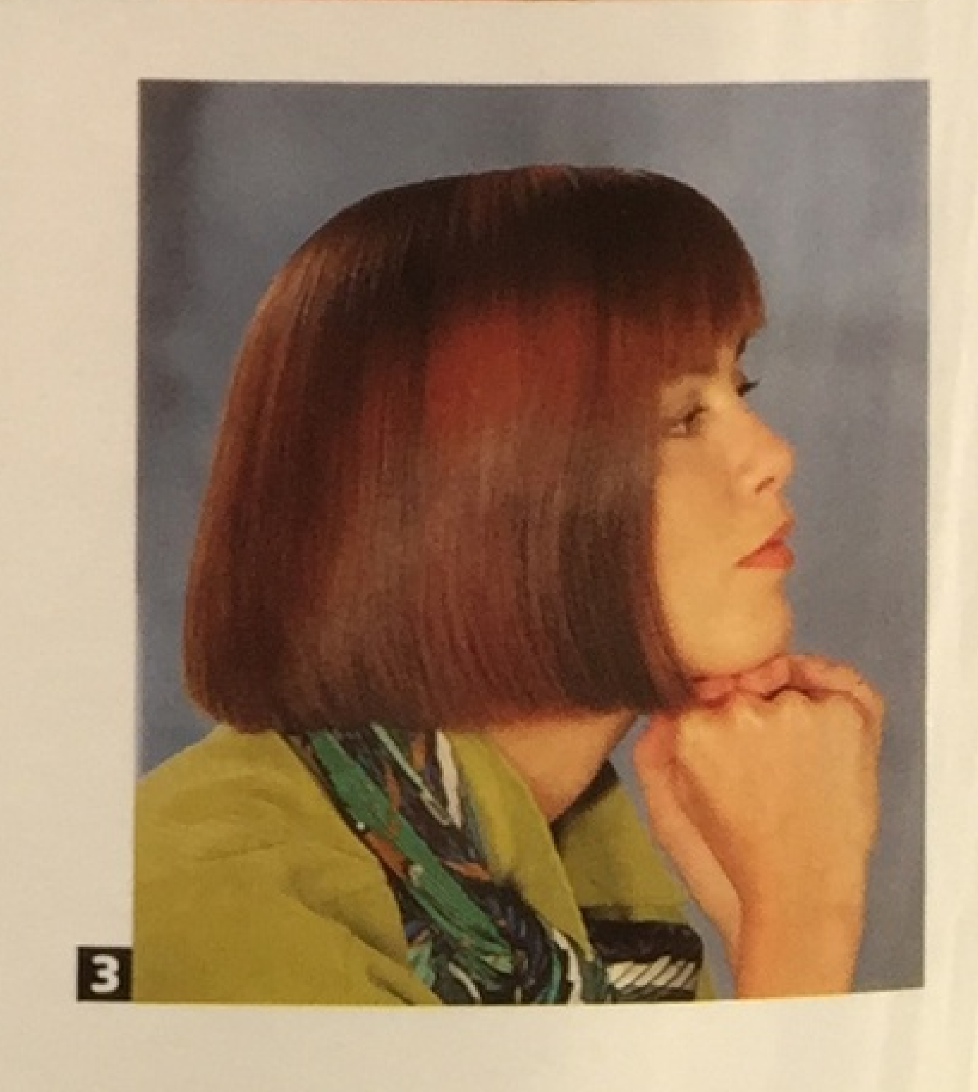
В отличие от остальных типов осенний очень легко идентифицируется, хотя он встречается двух ярко-выраженных видов. Вариант 1: светящиеся рыжие волосы и прозрачная кожа с золотыми веснушками. Вариант 2: с кожей теплого бежевого тона, без пятен и покраснений, светлые или коричневые волосы с рыжим или золотистым отсветом (этот эффект можно легко усилить, подцветив волосы прядями). Цвет глаз обоих вариантов осеннего типа, как правило, интенсивный. Шкала цветов простирается от прозрачного голубого через керосиновый, оливковый и тростниково-зеленый до светящегося янтарного и карего. Осенний тип переносит сильные цветовые акценты, но все же надо следить, чтобы выделены были либо глаза, либо губы.

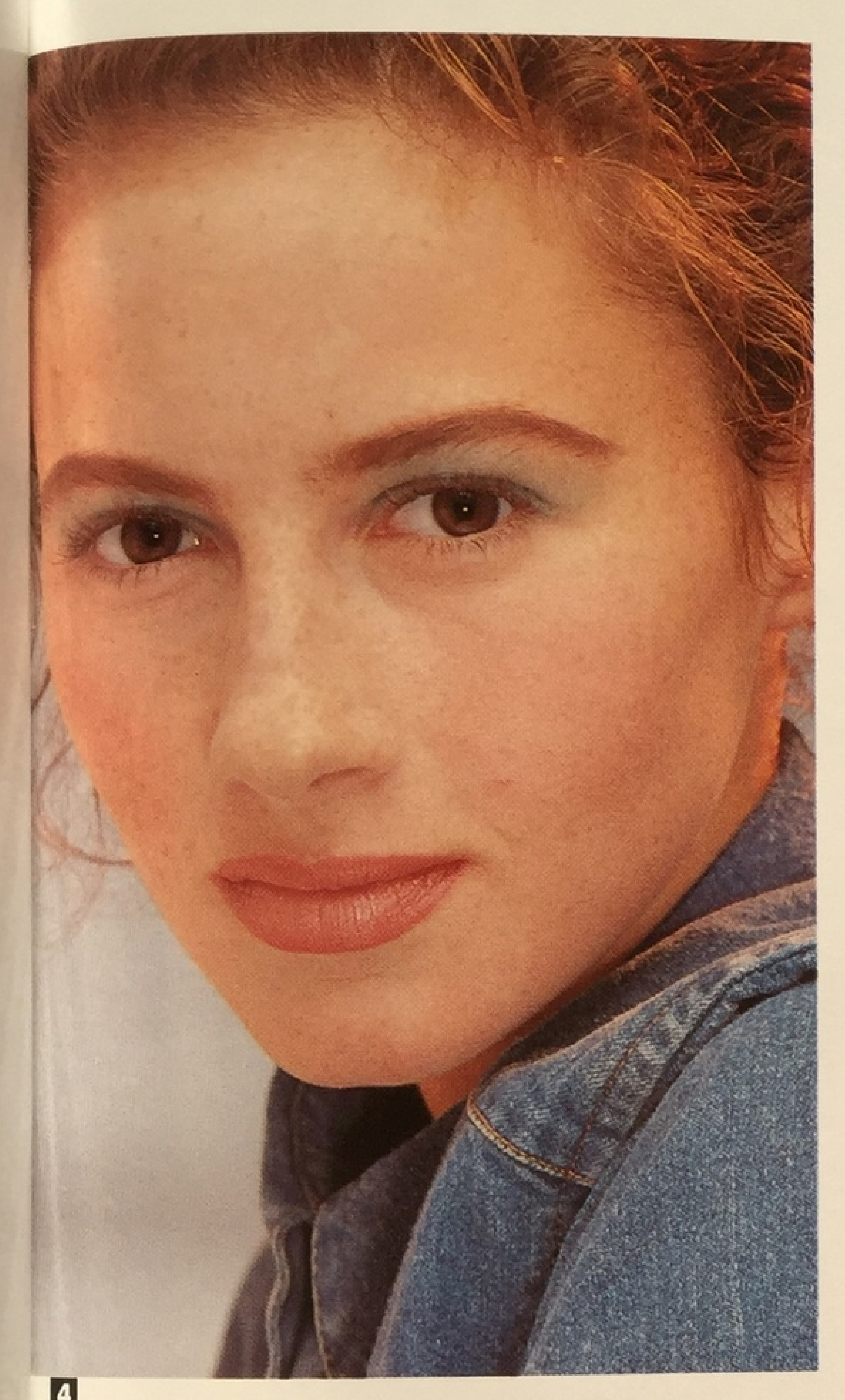

1

- Грунтовка: прозрачная и только теплых бежевых тонов. Веснушки по возможности не закрашивать, лучше припудривать (см. стр. 92). Летом можно припудрить лицо терракотовой пудрой, потому что осенний тип загорает плохо. Не будет ошибкой также тонированный дневной крем. Еще лучше: крем-самозагар, потому что он прозрачен для кожи. Но веснушки из-за этого становятся ярче.
- Румяна: ни в коем случае не голубоватых оттенков. Очень хорошо вместо румян применять терракотовую пудру.
- Губная помада: теплый красный, ржавый, оранжевый, медный цвета. Если пастельные — то насыщенный цвет лосося. Слишком светлые тона не годятся, они делают осенний тип унылым. Вместо перламутра применять золотое мерцание.


2

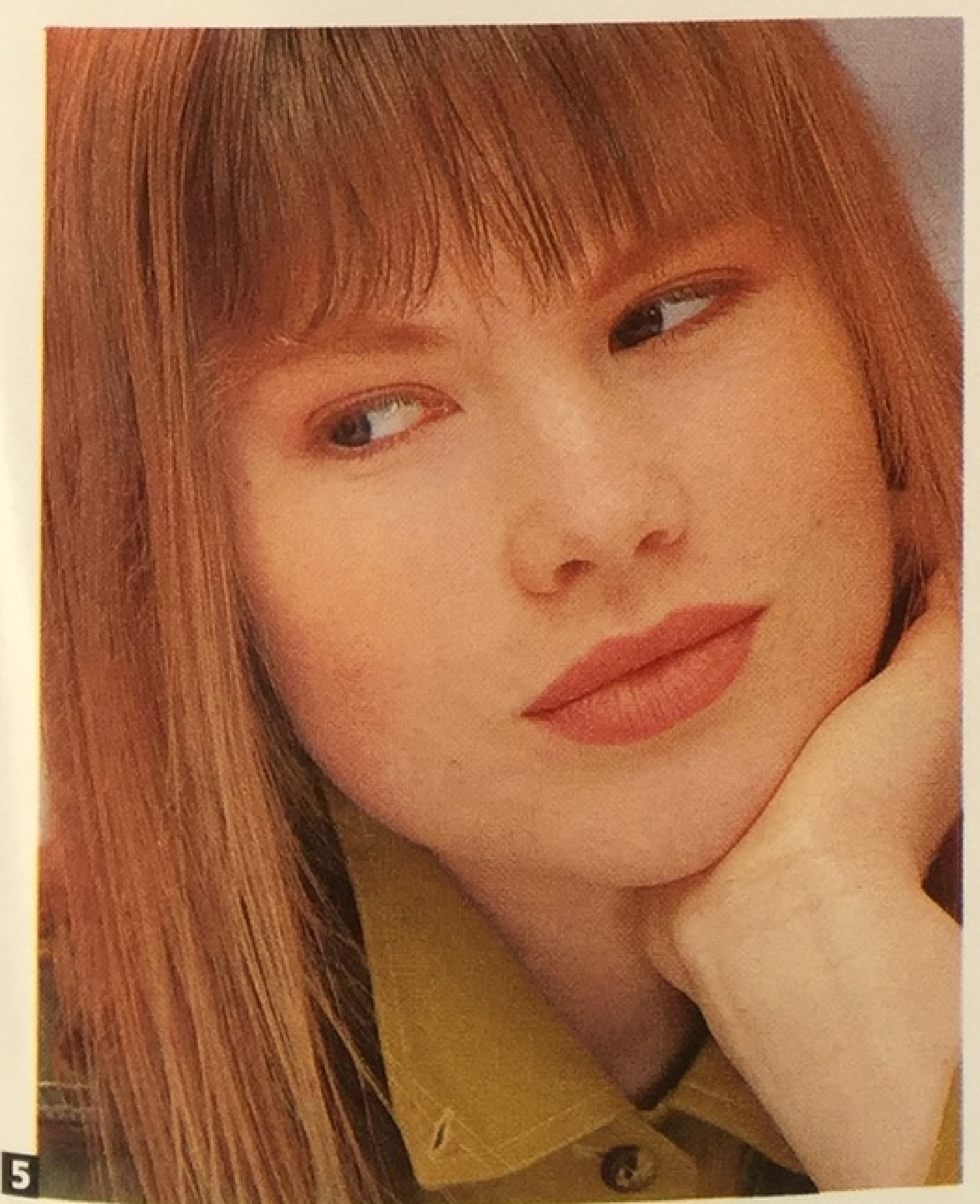
- Тени: все теплые, землистые, темные тона, но нанесенные нежно. Ржаво-красный, к этому оранжевый или яично-желтый, голубой с красноватым оттенком, зеленые нюансы, лишь бы они не переходили в голубовато-бирюзовые тона. Цвета, имеющие ледяное мерцание, не годятся.
- Кайал: коричневый, теплый зеленый, насыщенный синий или лиловый, но не черный.
- Ресницы и брови: коричневые. Ресницы могут быть также черными с зеленой, синей или лиловой тушью на кончиках.


3

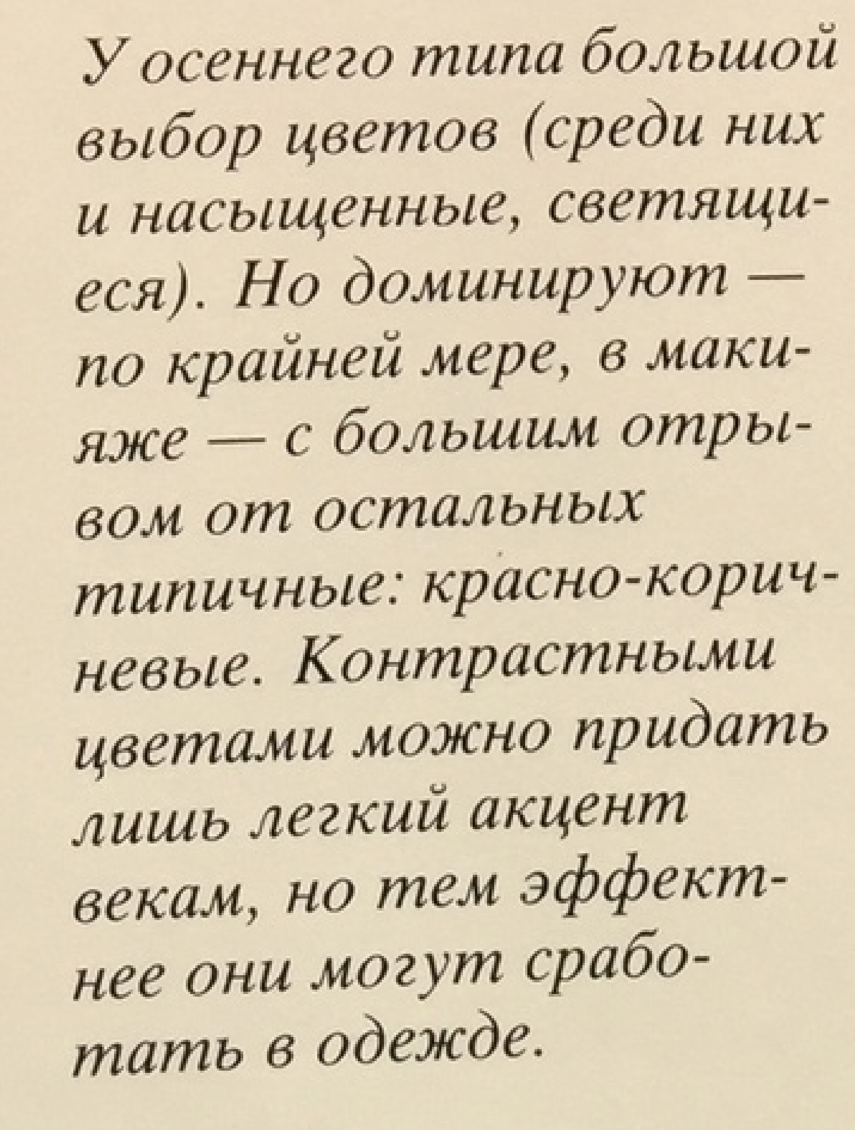

4


6


7


5

У осеннего типа большой выбор цветов (среди них и насыщенные, светящиеся). Но доминируют — по крайней мере, в макияже — с большим отрывом от остальных типичные: красно-коричневые. Контрастными цветами можно придать лишь легкий акцент векам, но тем эффектнее они могут сработать в одежде.



1. *Медный тон (подкрашенных) волос отлично подчеркивает достоинства типа. Тщательно обведенные по контуру губы с несколько желтоватым красным придают облику благородство. Тени коричневые.*

2. *Пышность светлых рыжеватых кудрей, пухлые красно-коричневые губы, кайал на нижнем веке и темная тушь — такой осенний тип может носить даже черное (хотя это не его цвет).*

3. *Орехово-коричневые волосы с рыжими рефлексами, к ним тени и губная помада родственных нюансов. В качестве контраста — блузка мшисто-зеленого цвета.*

4. *«Прозрачный» осенний тип (вариант 1) с веснушками, которые лишь чуть припудрены, с зелеными тенями и абрикосовыми губами.*

5. *Вариант 2 со светло-рыжеватыми волосами и очень нежным макияжем: вокруг глаз коричневый кайал, на губах — розовое с коричневым оттенком.*

6. *Вариант 1, накрашенный скорее классически: с живыми розово-красными губами, коричневыми тенями и прикосновением персикового цвета на щеках.*

7. *К керосиновому цвету подходит губная помада с уклоном не в оранжевое, а в красное с серым оттенком. Комбинируется с медно-рыжим цветом волос, теней и румян, создавая напряжение между подчеркнуто-теплыми и почти холодными цветами.*



ЗИМНИЙ ТИП

Словесный портрет: тип Белоснежки. Волосы темные — от коричневого до синевато-черного. Интенсивный холодный цвет радужек при ярком белке. Фарфорово-светлая кожа, иногда слегка оливковая — в любом случае с голубоватым подкожным свечением



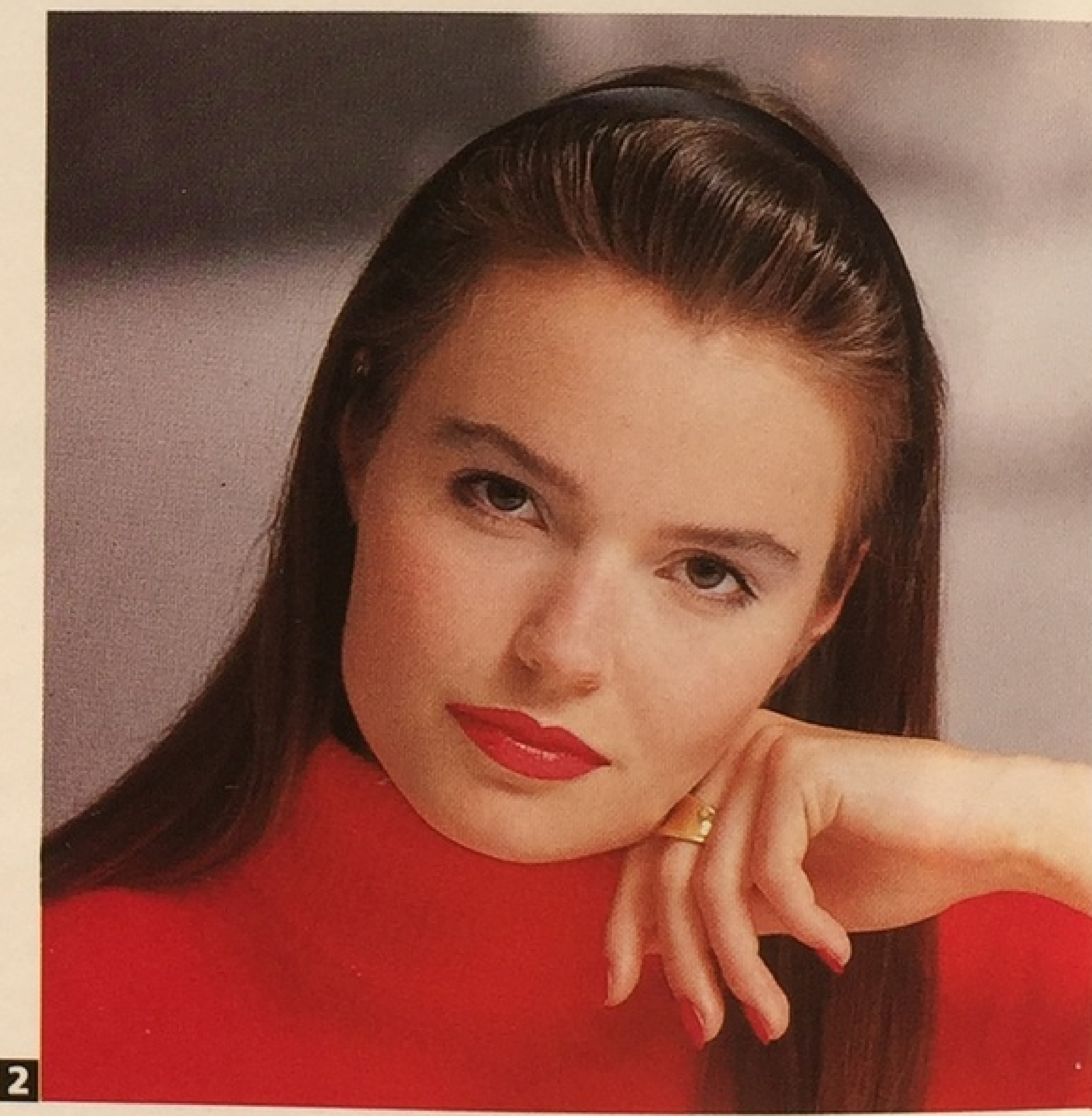
Фото слева: черное, белое, красное — зимнему типу требуется лишь несколько, но зато очень сильных акцентов. Из всех типов ему больше всего к лицу ярко-красные губы. Тени могут быть дымчатыми, кайал и тушь для ресниц — черными. Грунтовка прозрачная и такая же светлая, как кожа. Румян мало! Фото справа: стандартные цвета зимнего типа — четкий красный или едко-розовый для губ, для глаз — холодный синий, зеленый или фиолетовый — но только не одновременно (см. следующие страницы).

Зимний тип с коричневыми волосами и (или) оливковым цветом лица часто путают с осенним типом. Если зимнему типу одеться в теплые, землистые цвета, он выглядит скучновато и теряет свои преимущества. Осенний вы тип или зимний — это легче всего узнать в сравнении оттенков кожи. Даже не у ярко выраженного зимнего типа он все же склоняется не к цвету лосося, а в сторону розового и гармонирует со всем голубоватым.

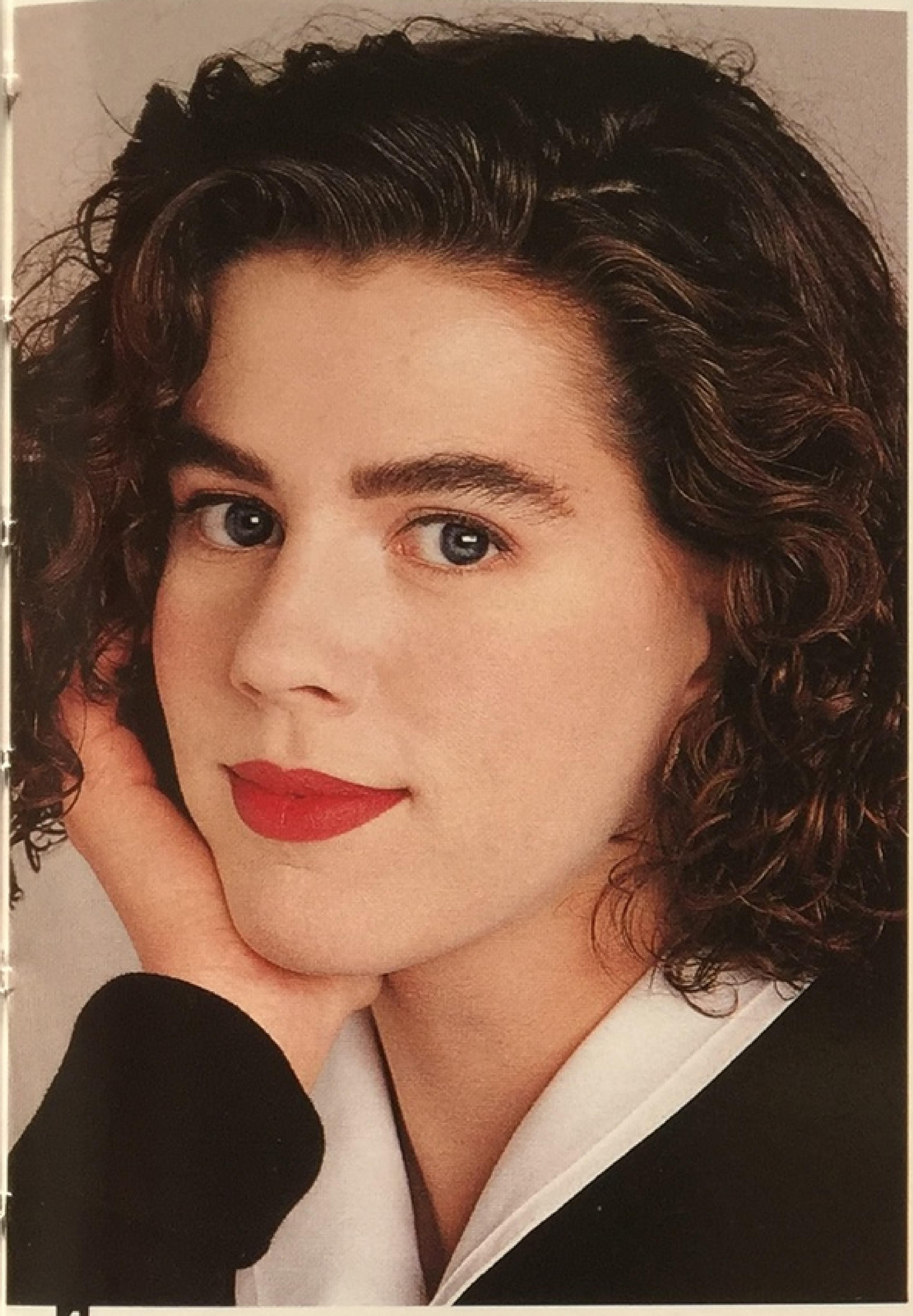
Грунтовка: светлая, почти белая бежевая, по возможности тонкая и прозрачная, потому что плотная грунтовка портит даже породистый темный тип. Прозрачная пудра — вечером почти белая — подчеркнет эффект Белоснежки.

- Румяна: мало. Холодно-розовые, нанесенные как дуновение. Ни в коем случае нельзя допускать отчетливых границ румян.
- Губы: все красные тона, которые не склоняются к желтому. Кроме того, розовое во всех отчетливых нюансах — от агрессивного едко-розового до серебристо-мерцающего розового. Фиолетовое тоже подходит.
- Тени: дымчато-серые, серо-коричневые или светлые, едва заметные ледяные тона — достаточно сдержанные, чтобы не отнимать внимание у ярких губ. Голубой, зеленый и фиолетовый в холодных, темных нюансах хоть и соответствуют типу, но наносятся экономно и могут комбинироваться только с розовым или фиолетовым, но не ярко-красным.
- Кайал: зимнему типу больше, чем всем другим, к лицу черный. Но и белый кайал по внутреннему краю века и черный кайал между ресницами нижнего века тоже выглядят хорошо.
- Ресницы и брови: классический цвет маскары — черный. Хотя зимний тип может применить и зеленую, синюю и фиолетовую тушь в холодных ноансах (но лишь в комбинации с голубоватыми тонами губной помады — см. выше). Брови у зимнего типа, как правило, настолько темные, что не нуждаются в подкраске.

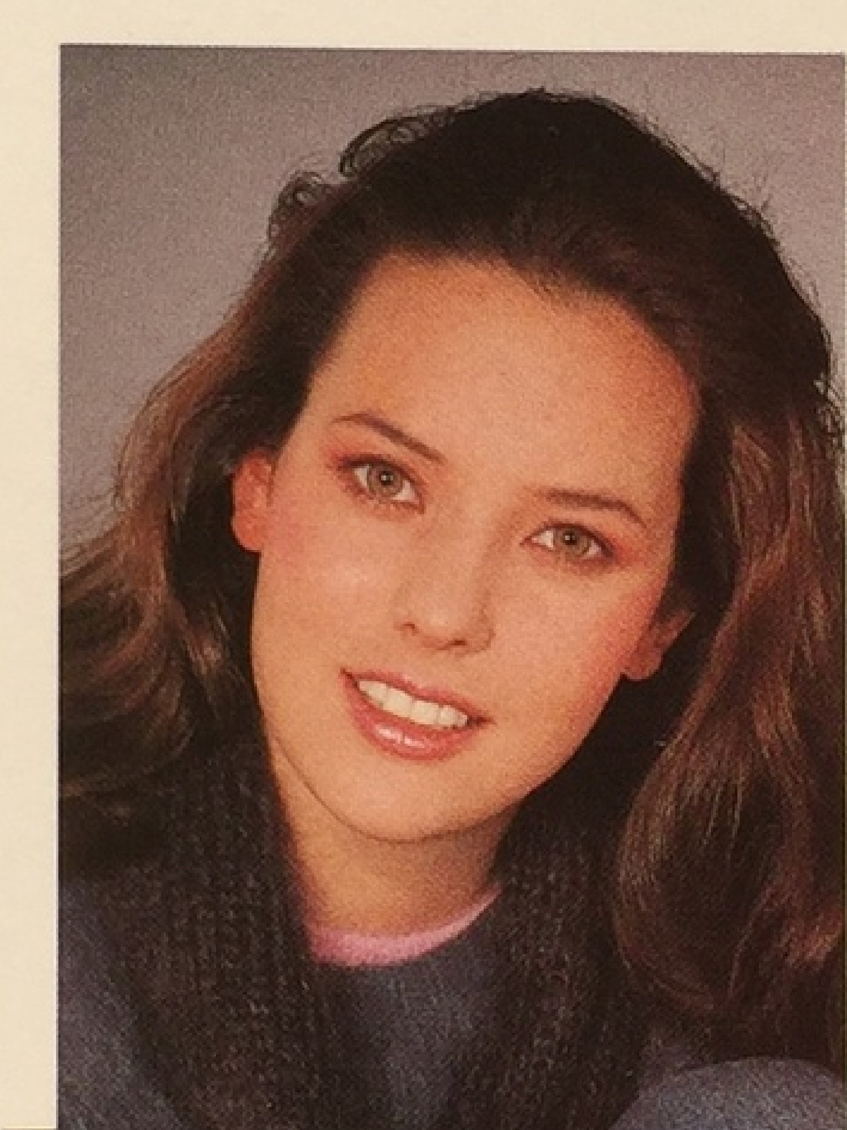

1


2

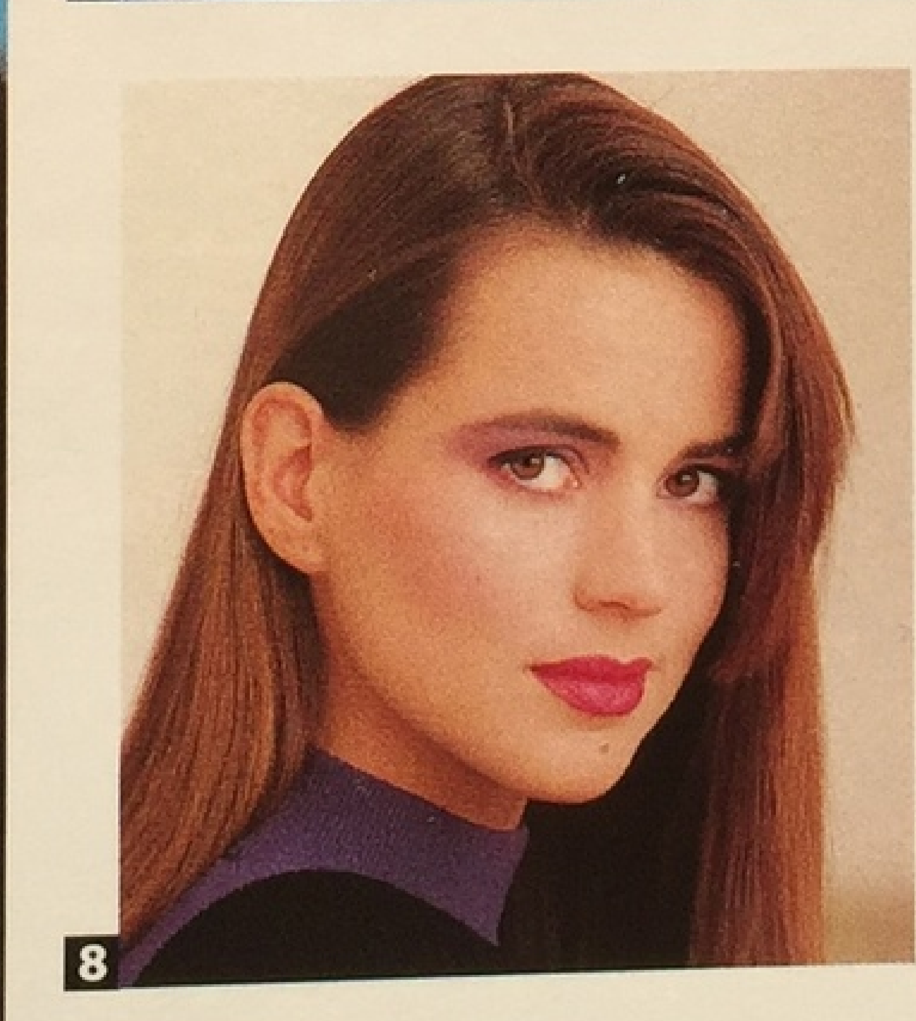

3


4


6


7


5


8

Хорошо зимнему типу: он может использовать цветовые контрасты, которые другим только вредят.

1. *Дерзко и броско: ярко-красный, четко очерченный рот, обведенные черным глаза и веснушки под нежно припудренной грунтовкой.*

2. *Губы, ногти и пуловер красного цвета с голубоватым оттенком, к этому — дымчато-серые тени и обязательно светлый цвет лица.*

3. *Ночная синева с фиолетовым уклоном на веках — это к лицу зимнему типу, если только губы подчеркнуты гораздо сдержаннее.*

4. *Черное, белое, красное — классическая цветовая комбинация зимнего типа. Здесь темно-красное на губах и обведенные черным глаза при ненакрашенных веках.*

5. *Черный штрих на веках — с хвостиком, а в углах глаз накрашенные черной тушью накладные ресницы — так оформляются «кошачьи глаза», которые очень к лицу зимнему типу. К этому — фиолетовое на губах и веках.*

6. *Веки серебристого цвета, губы перламутрово-розовые, черная черта на краях век и грунтовка мучного цвета — и такое сочетание может позволить себе для разнообразия зимний тип.*

7. *Девически-нежный зимний тип с каштановыми волосами, с черно-коричневым кайалом и тенями, губы перламутрово-розовые.*

8. *Исключения лишь подтверждают правило: сильная губная помада, скомбинированная со столь же сильным макияжем глаз. Выглядит хорошо, потому что оба цвета родственны и цвет теней к тому же повторен в одежде.*



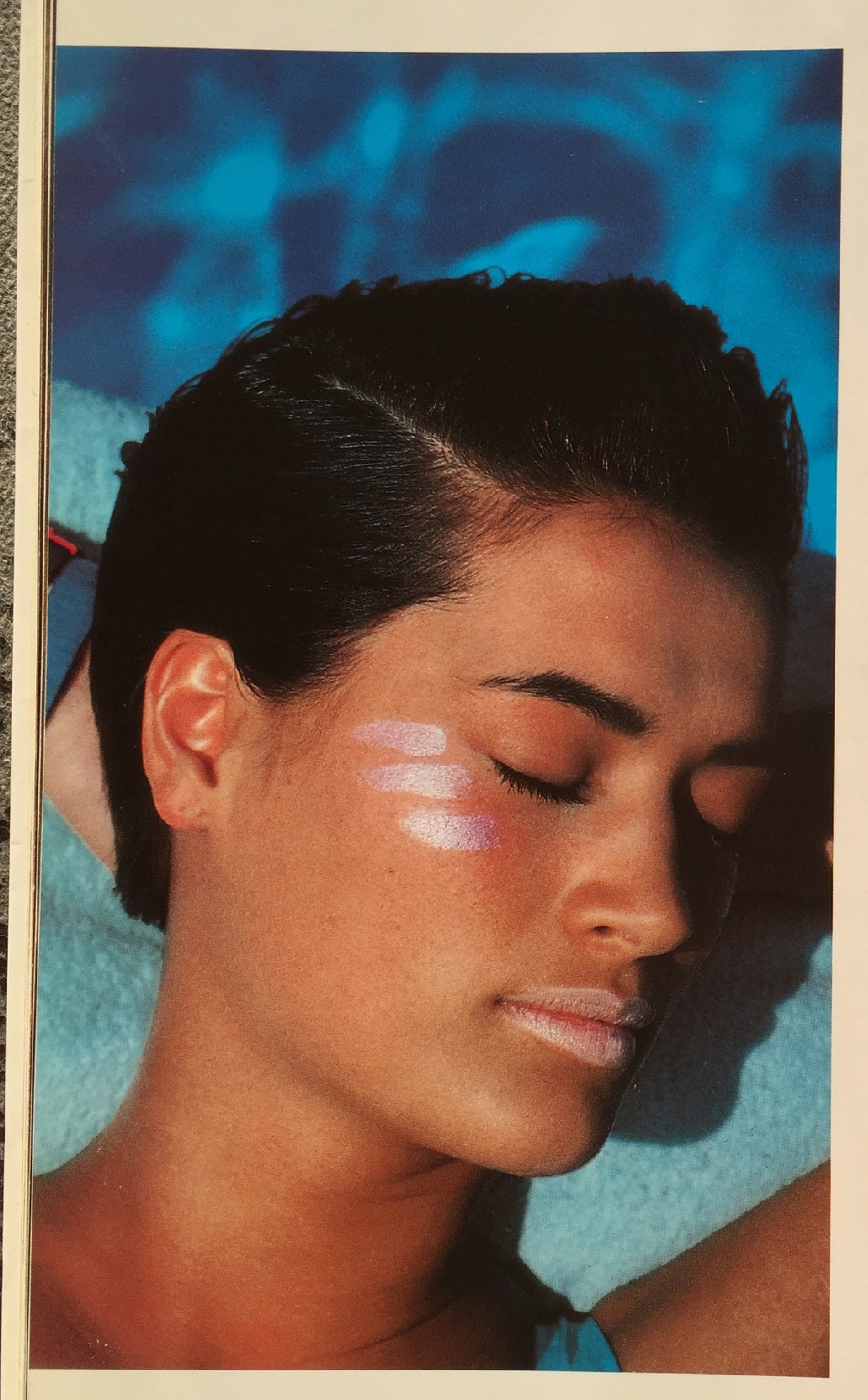


ШЕСТАЯ ГЛАВА

Макияж на все случаи

- Косметика на пляже
- Помада для дистанции
- Непринужденность выходных дней
- Краски, которые не потекут
- И на тренировке хороша

СОЛНЕЧНЫЕ ВАННЫ



Цветные противосолнечные блокираторы для чувствительных мест

Грунтовка хоть и защищает против УФ-излучения, но при солнечных ваннах ее недостаточно. Кроме того, она перегружала бы кожу и препятствовала загару. Кто хочет выглядеть броско, может использовать тонированный солнечный крем. Цветные солнечные фильтры (бывают зеленые, синие, желтые) можно нанести на веки, на губы и на скулы. Это выглядит весело и дополнительно защищает от солнечного ожога. Тушь для ресниц размажется, если вы применили жиросодержащий солнцезащитный крем. Так что на время отпуска лучше покрасить ресницы стойкой краской в парикмахерской.



ЗИМНИЙ СПОРТ

Холод и солнце задают цвета

Тонированные солнечные кремы придают вам броский вид, но могут легко испачкать воротник и капюшон. Гораздо лучше: крем-самозагар и нормальный солнцезащитный крем с сильными фильтрами. О естественном румянце позаботится мороз и ветер. Губная помада должна выглядеть так, чтобы ее голубоватый или желтоватый оттенок подходил к покрасневшей коже. Тени для век на лыжной трассе — дело личного вкуса. Будьте осторожны с радужными цветами. При холодном зимнем свете и посиневшей от холода коже они выглядят непривлекательно.

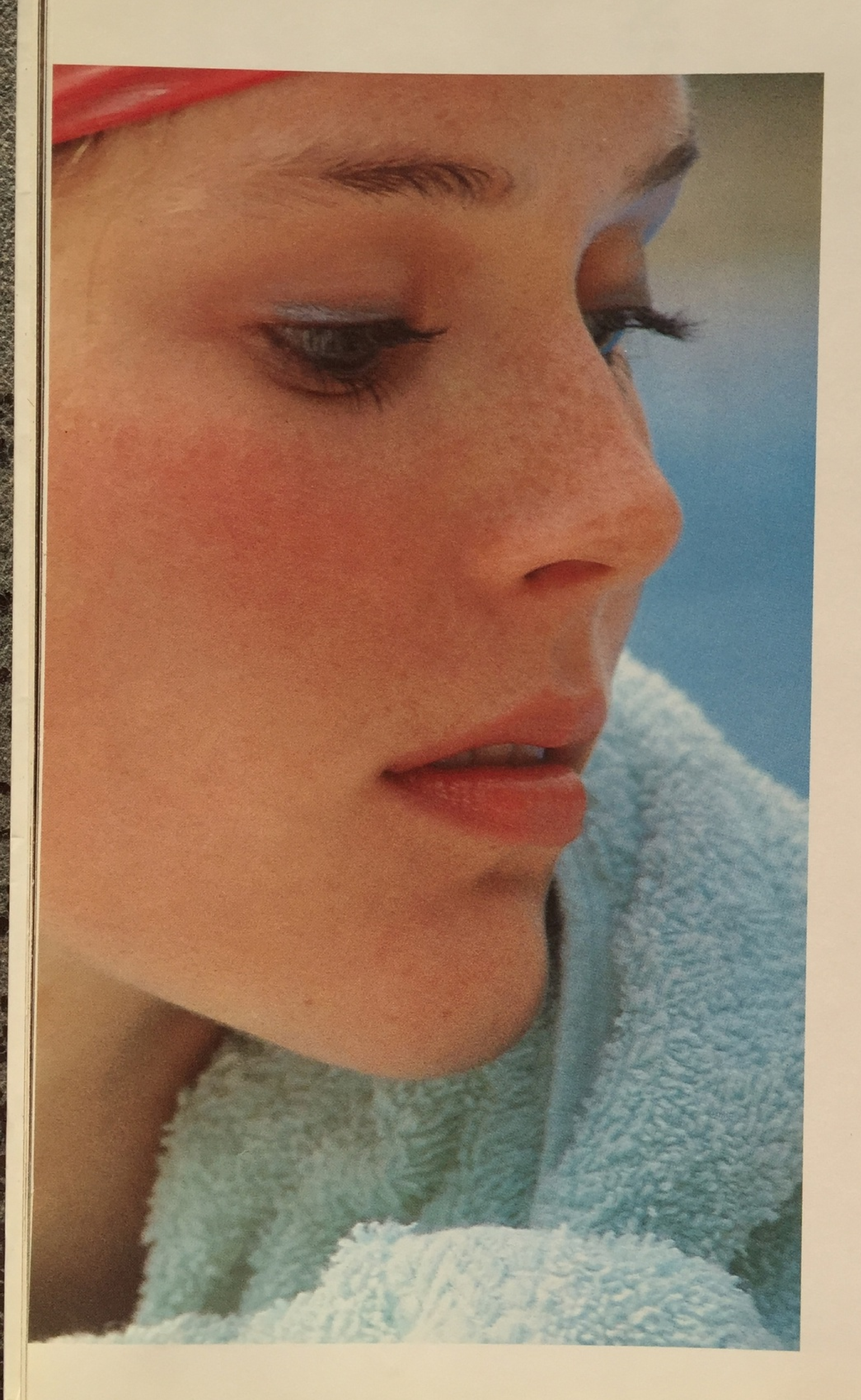


ВЫХОДНЫЕ ДНИ

Наконец-то можно не краситься — ну разве чуть-чуть

Вот вариант для «ленивых» дней, которые вы проводите вдвоем: сделайте кожу слегка матовой — лучше всего розоватой пудрой. На щеки и веки нанесите кисточкой румяна-пудру мягкого розового цвета или цвета лосося. Придайте глазам контур темной тушью. На губах нежный светлый тон, подходящий к румянам, смешанный с блеском или чуть покрытый вазелином.

ВОДНЫЙ СПОРТ



Есть и такое: макияж, который не потечет

Разве существуют водостойкие краски? Сколько угодно. Компактная грунтовка, например, крем-румяна и кремообразные тени для век выдержат и ныряние — и только на полотенце оставят свои следы. Губная помада и контурный карандаш — тоже водостойкие, равно как и водостойкая маскара. Но все же: обходитесь с косметикой скупее! Легкая цветная черта, немного туши и помады под натуральный цвет губ — большее будет выглядеть в бассейне просто глупо и неуместно.



ТРЕНИРОВКИ ДЛЯ ФОРМЫ

Избыток косметики выглядит неспортивно

При всех потогонных видах спорта — таких, как теннис, бег, легкая атлетика — или при занятиях шейпингом или аэробикой косметика, собственно говоря, вообще неуместна — равно как и броские украшения. Кто много занимается спортом, тому лучше всего обойтись самозагаром, потому что он освежает цвет лица и краска не расплывается даже при больших нагрузках. Румяна не нужны, движение подрумянит вас. Подкрасить тушью ресницы и чуть притронуться к губам помадой — этого будет довольно

Фирма «Кристина и К°» продолжает выпускать книги серии «Подруга» — все для женщин. В дополнение к семи уже выпущенным книгам отпечатаны и поступают в продажу две новые: «Знакомьтесь: ваш компьютер» и «Уход за вашей кожей».



Перед вами книга практических советов для женщин, которые следят за фигурой. Помимо рекомендаций по косметическому уходу вы узнаете о новых возможностях пластической хирургии и гимнастики. Тут же вы найдете антицеллюлитовую программу.

Эта книга поможет вам узнать, какие прически вам к лицу. Что должен знать парикмахер о стрижке волос. Походят ли ваши волосы по своим качествам для выбранной прически. Какие существуют правила укладки волос с помощью геля или пенного фиксатора.





У каждой женщины есть свои любимые цвета. Но каверза состоит в том, что те краски и цвета, которые вам нравятся сами по себе, не всегда совпадают с теми которые делают вас привлекательнее. Эта книга научит вас выбирать цвета, идеально подходящие к вашему типу.

Если вы хотите дать партнеру и сами получить при этом всю гамму прекрасных ощущений, вам помогут простые приемы массажа. Эта книга поведет вас в захватывающее странствие по всем долинам и возвышенностям тела вашего партнера.



Если вы хотите работать на персональном компьютере, вовсе не обязательно при этом интересоваться его техническим устройством. Как правило, женщин мало занимает производительность процессора и емкость памяти. Они хотят знать: какие работы можно выполнять на компьютере и как сделать это лучше? Именно на такие вопросы и дает ответы эта книга. Она разъяснит вам основные понятия из области персональных компьютеров, представит вам распространенные прикладные программы и поможет при покупке компьютера. Написанная доступным языком, наглядно проиллюстрированная, эта книга рассчитана главным образом на женщин, но может быть полезной для всех, кто интересуется практической работой на компьютере.





Эта книга для женщин, которые хотели бы поддерживать свою кожу в лучшей форме средствами оптимального ухода. Книга коснется причин преждевременного старения кожи и способов борьбы с ним. Подробно обсуждается вопрос, как определить «хорошую» косметику и как ориентироваться в джунглях предложения парфюмерных товаров.

Приобретя эту книгу, вы узнаете, что изысканный макияж — такой макияж, которые не бросается в глаза, но выгодно подчеркивает природную красоту женщины и придает ей ухоженный вид. Женщины, которым хотелось бы научиться оптимальному применению косметики, найдут в этой книге детальное руководство.





Как обставить и оформить квартиру, чтобы она производила цельное впечатление? Какие цвета лучше подойдут для гостиной, спальни или кабинета? Как узнать, какие цвета благоприятнее всего для вашего самочувствия? На эти и другие вопросы ответит данная книга. Здесь вы найдете советы по освещению, по компенсации архитектурных изъянов и многое другое.

Эта книга — оптимальный путеводитель по неизведанным просторам постоянно меняющихся модных расцветок в одежде и косметике. Книга покажет вам нюансы основных цветов — от красного до натуральных тонов, — которые вам следует выбирать в соответствии с вашим типом. Цель данной книги — помочь вам избежать неудачного выбора при покупке.



По вопросам оптовой закупки книг серии «Подруга» просим обращаться по телефону:
978-06-56; тел./факс 250-19-79.
Москва, Долгоруковская ул., д. 27
Торговый склад издательства:
Москва, ул. Новохохловская, 3. Тел./факс: 278-14-13

Издание осуществлено при содействии Межэкономсбербанка

Маргит Рюдигер

ИЗЫСКАННЫЙ МАКИЯЖ

Перевод с немецкого Т. А. Набатниковой
Редактор С. Г. Меркулочев
Худож. редактор А. Б. Токоров
Технич. редактор Н. А. Суровцова
Корректор Т. П. Романова

Лицензия ЛР №063099 от 3 ноября 1993 г.
АОЗТ «Кристина и К°»
117437, Москва, ул. Волгина 29, корп. 2

ISBN 5-87889-003-8 (русский)
ISBN 3-8068-4727-4 (немецкий)

Печать: Принт Центрум, Злин, Чешская республика

ИЗЫСКАННЫЙ МАКИЯЖ

Изысканным мы считаем такой макияж, который не бросается в глаза, но выгодно подчеркивает природную красоту женщины и придает ей ухоженный вид. Женщины, которым хотелось бы научиться оптимальному применению косметики, найдут в этой книге детальное руководство и необходимую информацию о косметических средствах, узнают, как правильно ухаживать за кожей и правильно выбирать цвета — в зависимости от того, к какому типу — по временам года — они принадлежат. Всю специальную информацию для этой книги предоставили известный немецкий визажист Хорст Кирхбергер и его давняя сотрудница Жезина Маргенбург

Маргит Рюдигер,
автор этой книги, журналистка, специализирующаяся на темах косметики и моды. Как автор текстов и фотографий, она сотрудничает со специалистами косметики и моды во всем мире. В 1991 году открыла собственную редакцию.

Кристина & С°


Кристина & C°
ИЗЫСКАННЫЙ МАКИЯЖ